



ప 3-0-0

స హ జ వై ద్య స చి త్రి మా స వ త్రి క

సంపుటము 25

తెలుగువాడు

సంచిక 1

జనవరి 1943

మా సంకల్పము

ఈ సంచికతో 25వ సంపుటము ఆరంభమగుచున్నది. ఇంతవరకును మాకు విలేఖరులుగా నుండియు చందాదారులుగా నుండియు, హిత చింతకులుగా నుండియు తోడ్పడుచుండిన మీ కెల్లరకుమీ మా హృదయపూర్వక వందన సహస్రములు నందజేయుచున్నాము.

మూడు సంవత్సరములనుండియు మీకు ప్రియ మిత్రుడుగా నుండిన ఆ.గీరనుకు యీ సంవత్సరమునగూడ తన వ్యాస పరంపరను మీ కందచేయు వాగ్దత్తముచేసియున్నాడు. ఎప్పటి నలె ఆహార చికిత్సాశాస్త్రమునకు సంబంధించిన కేమీరిచ్చిన భాగములను పూరింప నిశ్చయింప బడినది. రాబోవు సంవత్సరమున కంటిలో నుండు నల్లగుడ్డు 'కనీసిక'ను జూచి రోగములను కనిపెట్టే 'కనీసికాశాస్త్రము'నకు సంబంధించిన వ్యాసములను ఆశాస్త్రమునందు నిపుణులగు శ్రీయ్యత మృత్తింటి ఆంజనేయులు గారు వ్యాస యచ్చెదమనెరి.

రోగులకు నెలహాలు, రోగనివారణ వృత్తాంత పత్రికను వివిధ రోగములకు చికిత్సా పరకరణములు గోర్క కలదు.

1943 మేనెలతో మనపత్రిక ఆరంభించి 24 సంవత్సరములు వెళ్ళిపోవుచున్నవి. 1943 సంవత్సరము జూన్ సంచిక 'రజత సంచిక'గా ప్రచురించెదము. తెలుగుదేశములో ప్రకృతి పత్రిక చేసిన సేవలన మేలుపొందిన వారు తమ ఆభినందనములను ఆ సంచికలో ప్రచురించెదరు. మరియు వివిధ ప్రకృతిచికిత్సలకు సంబంధించిన విపుల వ్యాసములను ప్రచురించెదము. సంచిక అన్నివిధముల సర్వాంగ సుందరముగా నుండును. తాము యీ విషయమును మనస్సులో నుంచుకొని యిప్పటి నుండియే రజతసంచికకు వ్యాసాదులను వంప గోరుచున్నాము.

కాకితమున కేర్పడిన కాటకమునలన పత్రిక సంవత్సరముపొడుగునా ఒకేరకపు కాకితమును వాడగలమని తోచుట లేదు. శక్తికొలది బ్రయత్నించి ఒకేరకము కాకితము అన్ని సంచికలకును వాడుటకు యిష్టపడుచున్నాము. ఎప్పటివలెనే మీ రందఱును తోడుపడి పత్రిక నిర్విఘ్నముగను జయప్రదముగను సాగుచుండునట్లు చూడగోరెదము.

సుఖ సంసారము

వేగసామరస్యము

చిన్నతనముననే ధాతునష్టముచే బాధపడని యువకునకు సాధారణముగా విశేష ప్రయత్నము లేకనే రాగోదయవుగును. శ్రీ కట్టు కాదు. ఋతుభర్తము ఆమెకు తోడు కావలయును. లేదా కామ దోహదము వలన నైన కావలెను. వెనుకటి ప్రకరణములలో దశ సంస్కారములను, పంచ తంత్రములను గురించి వివరించెడియున్నాను. మరియు ప్రేమ పూరితమైన ఆలింగనము వలన నయితము రసోదయ మగును.

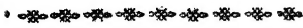
ఈ ఆలింగనములు పన్నెండు విధములు. అది వరకు బాగుగా పరిచయము లేని భార్యా భర్తలు మొదటితూరి కలిసినప్పుడు చేయు ఆలింగనములు 4. బాగుగా పరిచయము కలిగిన తరువాత చేయునవి 4. గాఢాలింగనములు 4. శ్రీ తవారీచే నాచరింపబడు నాలుగు ఆలింగనములు ఇవి. 1 స్పృష్టకం. ఇందు భార్యా భర్తలు నూతనులు. అందువలన యేదో యాదాలాభముగా కలిగినట్లు నటించుచు, ఒకరి నొకరు, అభిముఖముగా పోవునప్పుడు, స్పృశించుటకు స్పృష్టకం అని పేరు. 2 కూర్చు స్పృటిగాని, నిలచి యున్నట్టిగాని శ్రీని పురుషుడుగాని, పురుషుని శ్రీగాని, యేకాంతమున స్తనముతో గట్టిగా తాకినచో దానికి విద్ధకమని పేరు. అప్పుడప్పుడ కొద్దిగా కొద్దిగా పరిచయ మేర్పడుచున్న వారికి విపరికీవచ్చును. మూల గ్రంథమున “అనతిప్రవృత్త సంభాషణయోః” అన్నారు. 3 చీకటిలోగాని, యేకాంతమునగాని ఒకరి నొకరు యెక్కువ

కాలము రుద్దుకొనుటకు ఉద్ఘోషింపవలెను. 4 ఒక గోడలో, స్తంభమునకో ఆనించి తమ దేహముతో ఒత్తుటకు వీడితకాలింగన మని పేరు. ఇవి బాగుగా పరిచయముగల వారు చేసికొనదగిన ఆలింగనములు.

అవగతవరస్పరాకారు లైనవారు, ఒకరి నొకరు బాగుగా అర్థము చేసికొని, కావలెనని చేయు ఆలింగనములు నాలుగు. ఇవి రాగోదయమైనవారి యందు చేయునవి. ఇందు రెండు శ్రీ చేయునవి, రెండు పురుషుడు చేయునవి. అనగా యిష్టముమీద.

1. తీగె యెలా చెట్టునకు ప్రాకునో శ్రీ ఆవిధముగా పురుషుని చుట్టుకొని కాలింగనమును టకు ల తా వేష్టి తకాలింగన మనిపేరు. 2. చెట్టు ఎక్కబోవు దానివలె శ్రీ తన పురుషునికి యెదురుగా నిలుచుండి, ఒక పాదము పురుషుని పాదముల మధ్య నుంచి, రెండవ పాదము నిలుచున్న పురుషుని తొడపై నుంచి తన చేతులతో పురుషుని మోడక లంక వేసి అతనిపై కెక్కునట్లు ఆలింగనము చేయుటకు వృక్షాధిరూఢ కాలింగన మని పేరు. ఇందు శ్రీ స్తనములు పురుషుని పక్షిభ్రమమును తాకుచుండుటవలన అత్యంత క్రిదాదుకములుగా నుండును. ఈ ఆలింగనములు ప్రధమలకు గాక యుపతీయవకులకే తగును.

3. పురుషుడు శ్రీని ఆక్రమించి నువ్వులు, బియ్యము కలియబోసిన నెట్లందనో అట్లు సర్వావయవముల చేతను ఆలింగన దానికి తీలతండులకాలింగన మని పేరు. ఇది శయనము విరాదనున్న దంపతులకు



స్వర్ణతోవలె ఆలింగనము చేయుటచేత గలుగును.

4. రాగకాలమున ఒడలు తెలియక ఒకరి నొకరు అత్యంతగాఢముగా ఆలింగనముచేసి కొనిన దానికి క్షీరజలికాలింగన మనిపేరు. “భావానక్తాః కాముకాః కామినీనాం ఇచ్ఛన్త్యంకేష్వంభస్యేవ ప్రేషేష్టుం” అన్నారు. ఇంతవరకును బాధ్యోపేయలు చెప్పిన ఆలింగనములు. ఇకముందు చెప్పబోవు నాలుగు రకములైన ఆలింగనములు సువర్ణనాభాచార్యులవారు చెప్పినవి.

1. ఊహాపగూహనాలింగనము. ఈ ఆలింగనమును శ్రీ పురుషులు అన్యోన్యముగా తొడిటను పీడించుకొనుటయందు గలుగును.

2. ఇట్లే జఘనములను పీడించుకొనుటను జఘనోపగూహన మగును.

3. శ్రీతన స్తనములను పురుషుని వక్షఃస్థలము మీద ఆనించి పీడించుటకు స్తనాలింగన మనిపేరు.

4. సుదురు సుదురున కానించి వెనుకకు తీయుచు చూపుతో కన్నులను, పెదవులతో పెదవులను ఆనించుటకు లలాటికాలింగన మనిపేరు.

పై చెప్పిన 12 విధములయిన ఆలింగనముల ఫలనను రాగోదయము కానివారి కైనను రాగోదయ మగును. ఈ ఆలింగనముల వర్ణనతోడనే అనేకులు రాగరంజతులు అగుటయును కద్దు. అట్టి వానిని స్వయముగా అనుభవించు వచ్చును. ఇది కలుగకుండుటెట్లు?

ఒక్క సంగతి జ్ఞాపక ముంచుకొనక తప్పదు. అన్నప్పడెల్ల ఒకరిపై ఒకరు పడి దొర్లింతలు

పెట్టు దంపతులకు ఆలింగనము తగినంత రాగదీపనము చేయజాలదు. అందువలన ఆలింగనమువలన రాగము కలిగించుకొన దలచిన దంపతులు తగినంత దూరముగా నుండుటయే ముంచిది. డాక్టరు బ్యాబ్బిట్టుగూడా “దంపతులు ఏకశయ్యమీద పరుండక, 6 అంగుల దూరముగానుండే నేరు వేరు శయ్యలమీద పరుండుటయే మంచిది” అని అన్నాడు.

శ్రీ పురుషులు అన్యోన్యముగా ముద్దుపెట్టుకొనుటకు చుంబన మని పేరు. ఇట్లే దశ సంస్కారముల చేతను, పంచతంత్రములచేతను శ్రీకి రాగము కలిగించిన తరువాతనే పురుషుడొకడొకరిని రమింపవలసి యున్నది.

పురుషునికి ధాతుపతనము అగు నప్పటికి శ్రీకి గూడ భావప్రాప్తి కావలెను. లేనియెడల శ్రీ సంధుశ్చభావావస్థతో నిలచిపోవును. ఆమె దేహము నందలి ధాతువు స్థానచ్యుతిని మాత్రము పొంది సాంతముగా వెడలిపోక యుండును. అందువలన నది యామె నాడులను పీడించి వేదనను గలిగించును. ఇట్లు యెట్లో ఒకతూరి జరిగిన శ్రీ సర్దుకొన గలదు. కాని ప్రేమినినమును యిట్టి దురవస్థయే పట్టునెడల ఆమె హిస్టీరియా మొదలగు అనేక వాతవ్యాధులకు గురి యగును.

శ్రీ యొక్కభగము యన కమల దళముతో సమానమైన మృదుత్వము గలిగి యుండును. యోనిలోపలి భాగము గోజివ్యవలె కర్కశముగా నుండును. అనగా ఆవునాలుక అంత బిగుసుగా నుండును. భావోదయముతో యోనిలోపల నుండు నాలుగు గ్రంథులనుండి స్లేష్మద్రవ మూర నారంభించును, మరియును రాగోదయ మొనర్పడు దేహమునందలి రక్తము ఆమె జన

నేందియములవంకకు ప్రవహించి వానిని నిండించును. అందువలన ఆమె జననేంద్రియములు బాగుగా బిగువు గలిగి యుండుటయే గాక తగినంత సుఖోష్ణముగా నుండుటవలన పురుషాంగమునకు అన్నివైపులను కమ్ముకొని యుండి అత్యంతసుఖావహముగా నుండును. బాగుగా నూరిన స్త్రీవృద్ధివ్యయమువలన పురుషాంగము బాగుగాను సులభముగాను కడలింపదగిన జారుదల గలిగియుండును. స్త్రీ భగము యొక్క పై భాగమునందుండు భగలింగము బాగుగా ఉబికి యిందుండి ఒక విధమైన చిత్రమైన వాసనగల ద్రవము వెలువడును. ఆ వాసనయును పురుషునియందు రాగోదయము గలిగింపగలిగి యుండును. మందవేగ పురుషుడీ ద్రవమును ఆహార్యిణించు నెడల వానియందు వేగము అధికమగును. బాగుగా ఉబికిన భగలింగమునకు సంగమకాలమున పురుషాయవముచే ఒరిపిడి కలుగును. భగలింగము అనేకనాడులకు కూటుగా నున్నది. ఇది పురుషునకు శిశ్నమువలెనే స్త్రీకి సుఖవర్ధకమై యున్నది. రాగోదయానికి పూర్వమే భగలింగము బాగుగా ఉబికి యుండక పోవుటవలన ఆమెకు తగినంత ఘర్షణయును సుఖమును కలుగదు రాగోదయము కాని స్త్రీయందు చేసిన సంగమమునందు ఘర్షణ యెక్కువగా నుండుట వలనను జారుదల లేకుండుట వలనను అన్యోన్యముగా బాధ గలుగును. ఒరిపిడివలన పురుషుని ధాతువు త్వరలోనే నశించి పోవును. స్త్రీ దేహము నుండి అతనికి సంక్రమింపవలసిన జీవద్రవములు (harmones) అతనికి లభింపక పోవుటవలనను తనవైన జీవద్రవములు (harmones) అనగా

ధాతువు క్షీణించి పోవుట వలనను అతని యందు తంద్ర, శ్రమము, నీరసము కలుగును. మరియు రాగోదయముకాని స్త్రీతో సంభోగించుటయందు దామె జననేంద్రియములు బాగుగా రెచ్చగొట్టబడి జాగరితము లగును. అప్పటికి పురుషునకు రాగోదధియో, భావప్రాప్తియో కలిగి యుండును. ఆమె జననేంద్రియములందు ఉద్దేగము కలిగియుండును. పురుషుడామెను శాంతిపరుపజాలక యుండును. ఆమె దేహమునుండి బయటికి రాను ప్రారంభించిన ధాతువు సాంతముగా రాకయుండును. ధాతువు రక్తములోనుండి విడగొట్టబడినందున దేహమునకు ఉపయోగింపదు. సాంతముగా వెడలిపోలేదుగాన, నాడులయందలి ఉద్దేగము తగ్గదు. అదే ఉద్దేగముతో ఆమె జననేంద్రియములు చిరకాలము బాధ నొందుచుండును. కనుక ఆమె తన చిహ్నములచేతను, మాటలచేతను, క్రియల చేతను తన అప్రాప్త భావావస్థ అనగా సంధుశ్చ భావావస్థను అతనికి యెఱుక పఱచును? ఆమెకు తృప్తి కలుగకనే అట్లు బాధపడుచున్న దని మోటు మొద్దులు తెలుసుకొన లేదు. ఇంగితజ్ఞులై తెలుసుకొనినవారు మాత్రము ఏమి చేయగలరు? అందు వలననే రాగోదయము కాని స్త్రీతోడి సంగమము సుతరామూ పనికిరాదు. ఇట్టి సంగమమువలన పురుషుని ధాతువు స్త్రీకి సంక్రమింపక గుడ్డల కంటిపోవును. నక్కమ సంగమమునందు అదేధాతువు స్త్రీ దేహము నందలి గ్రంథులయందు చేరిపోయి ఆమెకు ఉల్లాసమును చలంకిని చురుకైన మును బలమును లాఘవమును గలిగించును. అక్రమసంగమము వలన ఆమెయందు నిస్సత్తు

వయును నీరసమును తంద్రయును బొదానీ న్యమును గలుగును. ఆమెను యే పనిచేయ మన్నా నీరుకారుతూ ఉసూరు మంటూ ఉంటుంది. మిగిలినవారి కామబాధ తెలియక 'ఆమె యెప్పుడూ ఇంతే! ఏపని చెప్పినా ఉత్సాహం పడుతుందంటూ ఉంటారు. పురుషు నకుగూడ నక్కొనసంగమము వలన బలము లేజము, ఉల్లాసము, ఉత్సాహము, చమత్కారము వృద్ధి పొందును. అనేకు లనుకొనునట్లు పురుషునకు సంగమమువలన నిస్సత్తువ, నిష్టే జము రావు. రాగోదయము కానిస్త్రీని వ్యభి చరించి (rape) నప్పుడు మాత్రమే అతనికి నిస్సత్తువ లేజోహీనతయును కలుగుచున్నవి. కనుకనే ముందుగా పనిబెట్టుకొని అతడు ఆమెను ఆలింగనముల చేతను చుంబనాది దళవిధ సంస్కారముల చేతను పేటితము మొదలగు పంచతంత్రములచేతను ఆమెను కరగించిన తరువాతనే సంగమమునకు దొర కొనవలెను.

Prevention is better than cure అని ఇంగ్లీషులో సామెత కలదు. దాని యర్థ మిది! వచ్చిన తరువాత చికిత్స చేయుటకన్న రోగము రాకుండ జాగ్రత్తపడుట మేలు అని. అందు వలన ఆలింగనాదులచేతను దళవిధ సంస్కారములచేతను పంచతంత్రముల చేతను ఆమెకు రాగోదయము కానియెడల పురుషు డామెను వ్యభిచరింప (Rape) కుండుటయే మంచిది. సుఖ సంకటములలో కొన్ని యిలాగే వస్తవి. మనము అనుకుంటాముగదా 'అతను చాలాపెద్దమనిషి. ఘరకాంతలను తల్లులవలె చూస్తాడు. ఇతనికి కీ మేహవ్యాధి (మేహనము అనగా లింగము ద్వారా సంక్రిమించినవ్యాధి) యెలా సంక్రి

మించిందబ్బా?' అని. ఒక పురుషుని బుద్ధి తక్కువతనముచేత స్త్రీపురుషు లిద్దరూ యిట్టి వ్యాధులచే బాధపడుచుండు రనే సంగతి యెంతో మందికి తెలియదు. భార్యా భర్త లిద్దరూ యిట్టి నీరసరోగములు (Wasting Diseases) తో బాధపడుచుండగా వైద్యుడు వారి సీ సంగతి ప్రశ్నింపక నూటిగా మందుల డబ్బీమీద దెబ్బ కొట్టుతాడు. తాము యే పొరపాటుచేత యీ రోగాలను గడించు కొన్నారో ఆ భార్యా భర్తలకూ యెవరూ చెప్పేవారే లేరు. అసలు వైద్యు యీ సంగతులు యింత వివరముగా తెలియవు. నాబోటివారు యెవరన్నా యే నభ్యలోనన్నా ఇట్టివి చెప్పదలిస్తే సీతిమంతులైన యీ వైద్య శ్రేష్ఠులు ఇది బూతు అనేపేరుతో నిరోధించి నవ్వుబాటు పాలగుచుండురు.

అందువలన చండవేగపురుషు డెప్పుడును రాగోదయముకాని స్త్రీని కదలింప కుండుట మంచిది. అక్రిమసంగమమువలన పురుషునికి ధాతుసౌప్యము గలుగును. దానితో అతని నాడులలోని వీడ వదలును. స్త్రీ కల్లు కాదు. ఆమెకు అక్రిమసంగమమువలన నిస్సత్తువకు తోడు నాడులయందు చిమచిమ మను మంట లుండును. పురుషునకు నిస్సత్తువ మాత్రమే యుండును.

చివరి ఉపాయముగా కామశాస్త్ర గ్రంథము లందు పురుషోపన్యస్తకము వర్ణింపబడినది. స్త్రీ వరాంగమునందలి పై పెదవులమాత్రము మృదువుగా నుండును. లోపలి పెదవులు, భగలింగము, యోనిలోపలి భాగములందు చీలనము కలిగించిన, రాగోదయ మగును. పురుషుడు తన యెడమచేతిని యేనుగు తొం

డము వలె చేసి ఆ యా భాగములను కలంప వలయును. అంగుష్ఠమును, తర్జనిని, అనామి కలను కలిపి చాచి యుంచిన నది యేనుగు తొండమువంటి యాకారము గల దగును. నీవీమోక్షణము, గజహస్తాదుల వలనను, మంథసాదులగు 9 విధములగు పురుషోపస్థవృక్షములవలనను స్త్రీకి రాగోదయము కాని యెడల అప్పటి కామె కరుగదని తెలిసికొని విడిగా నుండుట అవసరమనే సంగతి యిప్పటి కైనను యవకుడు గ్రహింపవలెను. ఎద్దు మొద్దు స్వరూపముగా ఆమెను వ్యభిచరించిన యెడల అతనికి సంప్రయోగమువలన ముష్టి

మైథున తుల్యమగు తృప్తి కలిగినను, ఆమె యును, తానునుగూడా యెంతో ప్రబలమగు బాధకు లోనుగావలసివచ్చును. మందవేగ స్త్రీని కనిపెట్టి, ఆమె యింగితమును, ఋతు కాలమును గమనించి మాత్రమే ఆమెతో నతడు సాంప్రయోగికమును నెరవలసి యున్నది.

మంథనాదులగు 9 ఉపస్థ ప్రకముల వివరములు వాత్స్యాయన కామసూత్రములందలి ద్వితీ యాధికరణముగు సాంప్రయోగికాధికరణమున యెఱిఘిదవ దగు పురుషోపస్థవృక్ష మను అధ్యాయము చూడగోరెదను.

NATURE CURE BOOKS FOR ALL

	Rs.	A.	P.		Rs.	As.	P.
Practical Nature Cure	4	0	0	Mind & Vision	4	0	0
Indian Nature Cure	0	10	0	Bate's Principles of			
Thoughts on diet	0	8	0	Eye Treatment	1	0	0
Mortality in India	0	2	0	Apply to ;—			
Yoga Asanas chart	0	5	0	Prakriti Karyalaya Trust,			
Universal Uncooked Food	4	0	0	Bezwada.			
Man's Food Unveiled	2	0	0				



ప్రకృతి - సహజ వైద్య సచిత్ర మాసపత్రిక.

మానవులకు వ్యాధులు రావండునట్లు సృష్టిలో నుండు తక్కిన జీవులవలె యెటుల స్వాభావిక జీవనము చేయవలయునో, యే యే ఆరోగ్యసూత్రముల ననుసరించి పరమావధిని పొందవలెనో బోధించును. వ్యాధి వచ్చిన తరువాత మందు శస్త్రములకుమాడ లాంగని దైహిక మానసిక వ్యాధులను, స్వభావనిర్ధము లగు మట్టి, అహారము, నీరు గాలి, సూర్యకిరణములు, యోగ, వ్యాయామ, ఉపవాస, విద్యుత్కాంతి శక్తి మొదలగువాని సహాయమున చికిత్సల చేయువిధమును, అటుల వ్యాధి కుడిదినవారి చరిత్రలను, నిర్విచార (బుషి) జీవనమును వివరించును. ప్రస్తుత మానవులు సాగరకత అనుకొని అజ్ఞానవశమున చేయు దుష్కార్యముల తీవ్రముగ ఖండించును. మాదిరి పత్రిక ఉచితము. సం॥ర చందా రు 3-0-0.

మేనేజరు, ప్రకృతి కార్యాలయ టిర్పు, బెజవాడ.



వై షా యి డ్ - న్యు మో ని యా

డా. వి. దొండాసాహేబుగారు

అల్లోపతి, నేచురోపతి, హోమోపతి, క్రోమోపతి, యునాని, ఆయుర్వేద మను నానావిధచికిత్సలు. ఇటులనే కలరా, ప్లేగు, మళూచి, క్షయ, ఉబ్బసము, కష్ట, జ్వరములు అను నానావిధవ్యాధులు. వీనిలో జ్వరములను గురించి సంగ్రహముగా విమర్శింతము.

జ్వరములలో కూడా అనేక విధములు. వైత్య జ్వరము, వాతజ్వరము, ఉష్ణజ్వరము, చలి జ్వరము, వాతవైత్య జ్వరము, సన్నిపాత జ్వరము, దోషజ్వరము, మలేరియా, ఇక్షుప్తాయంజా, వరుసజ్వరము, పైఫాయిడ్, న్యుమోనియా అను నానావిధజ్వరములు. జ్వరములకు కారణము అనేకులు అనేకవిధముల అభిప్రాయ పడుచున్నారు. వాని కారణములను పరిశీలింతము.

జ్వరములకు కారణము ప్లేహమో, కాలేయమో, శ్వాసకోశములో, హృదయమో జబ్బు కలుగుట వలననో లేక మలేరియా పురుగులవలన కలుగు ననియు, అవి అంటు వ్యాధు లనియు ఆంగ్లేయ వైద్యులు ధర్మామీటరు, ఫైతస్కోపు నువయోగించి, రోగిని పరీక్షించి నిర్ధారణచేసి చికిత్సచేయుచున్నారు. జ్వరములకు కారణము ఎక్కువవాతమో, ఎక్కువఉష్ణమో, ఎక్కువ శీతలమో, ఎక్కువఉష్ణమో, లేక ఉష్ణవైత్యమో, కారణమని ఆయుర్వేద వైద్యులు రోగినిగూడిని స్పర్శించి, నిర్ధారణచేసి చికిత్సచేయుచున్నారు.

ఆంగ్లేయవైద్యుల రోగనిదానముకంటె ఆయుర్వేద వైద్యుల రోగనిదానమే శ్రేష్ఠముగా నున్నదని తోచుచున్నది. ఎటులన, జ్వరరోగి హెచ్చువాతముచేతనో లేక హెచ్చుపైత్యము చేతనో లేక హెచ్చుఉష్ణముచేతనో లేక హెచ్చు శీతలముచేతనో లేక వాని సమ్యేళనము చేతనో బాధపడుచున్నాడు. జ్వరమనగా హెచ్చువాతమో లేక హెచ్చుపైత్యమో లేక హెచ్చుఉష్ణమో లేక హెచ్చు శీతలమో లేక వానిసమ్యేళనమో కాని, వేరుకాదు. కాన, ఆంగ్లేయవైద్యుల అభిప్రాయము కంటె ఆయుర్వేదవైద్యుల అభిప్రాయమే చాల శ్రేష్ఠముగను, స్పష్టముగను, నిదర్శనపూర్వకముగను శాస్త్రోక్తముగను నున్నది. వైత్యము, వాతము, శీతలము, ఉష్ణము మానవులకు సమానముగా మితముగ అత్యంతావశ్యకము. ఇందులో ఒకటి హెచ్చి, మరియొకటి తగ్గిన ఆయా చిహ్నములు కలిగి, ఒకడు జ్వరరోగ బాధితుడగుచున్నాడు. క్రమక్రమముగ ఈ చిహ్నములే వృద్ధిపొందినచో జ్వరము లని పేర్కొనబడుచున్నవి. వైత్యము, వాతము, శీతలము, ఉష్ణము మొదలగునవి దేనివలన కలుగుచున్నవి? వృద్ధిపొందుచున్నవి? ఆహారము వలననే. మనము తినుపదార్థములలో అవి ఇమిడియున్నవి. ఇంతేగాక, దేహపోషక పదార్థము కూడా ఉన్నది. మనము తిను వస్తువులు బాగుగ జీర్ణమైనచో మనము వానివలన

బాధపడుటలేదు. అవి మన కగోచర మగుట లేదు. అట్లు జీర్ణము కానియెడల ఆయాచిహ్నములచే బాధపడి జ్వరరోగు లగుచున్నాము. దేహపరిశ్రమ గల బీదవారి కంటెను దేహపరిశ్రమలేదా ద్రవ్యపరులు చాలమంది యెక్కువ రోగములచేత బాధపడు చున్నారు. ఏలన, వారికి తగిన దేహపరిశ్రమ లేదు. తత్ఫలము జీర్ణరసములు బాగుగ ఉద్భవించుట లేదు. కాన, ఆయుర్వేద వైద్యుల ఆభిప్రాయమే శ్రేష్ఠమని నిర్ధారణ యగుచున్నది. అంగేయ వైద్యుల ఆభిప్రాయము కూడా కొంతవఱకు నిజమే. స్త్రీహమో లేక కాలేయమో లేక శ్వాసకోశములో లేక హృదయమో జబ్బు కలుగుట నిజమే. అయితే ఒకడు జ్వరముచే హెచ్చుగనో తక్కువగనో కొంత కాలము వఱకు బాధపడక, చికిత్సపొందక, స్త్రీహము గాని, లేక కాలేయముగాని, లేక శ్వాసకోశములుగాని లేక హృదయము గాని జబ్బు కలుగు తురుదు. ఈ అవయవముల జబ్బుకు కారణము జ్వరములు. జ్వరములకు కారణము హెచ్చు వాతమో హెచ్చుపైత్యమో లేక హెచ్చు శీతలమో లేక హెచ్చుఉష్ణమో. పైత్యము, వాతము మున్నగు వానికి కారణము ఆహారము. కాన జ్వరములకు ముఖ్య కారణము ఆహారమే, లేక ఆహారదోషమే యని నిరూపణ యగుచున్నది. కాబట్టి మన మొక చెట్టును నిర్మూలంప గోరిన దాని మూలమునకు గురిపెట్టవలెను గాని దాని రెమ్మలకు ఆకులకు గురిపెట్టుట విరుద్ధము, నిరర్థకము, అజ్ఞానము.

జ్వరములకు ఆహారమే ముఖ్యకారణ మని మనము గ్రహించితిమి. అట్లయిన, పురుగు

లెట్లు కారణ మగుచున్నవి? అవి అంటువ్యాధులెట్లుగుచున్నవి? పరస్పరవిరుద్ధమైన అభిప్రాయముగాదా? అర్థరహితమైన పరిశోధనకాదా! ఇట్టి కారణము లున్నను మలేరియా రోగుల రక్తములో మలేరియాక్రిము లున్నవని వాదించుచున్నారు. ఆందోళన, ప్రచారము చేయుచున్నారు. జ్వరరోగి రక్తము చెడిన అతని రక్తములో అల్పప్రాణు లుండవచ్చును. జ్వరము త్వరగా కుదరనియెడల రక్తము చెడుట కలదు. తత్ఫలముగ అల్పజీవు లుద్భవించుట కలదు. ఎటులన, పేడ కుల్గినచో పురుగులు పుట్టుచున్నవి. ఫలములు చెడినచో క్రిము లుత్పత్తి యగుచున్నవి. మాంసము రక్తము చెడిన సూక్ష్మజీవు లుద్భవించు చున్నవి. పుండ్లలో ప్రాణములలో పురుగులు పుట్టుచున్నవి. బియ్యము, గోధుమరవ్వ మున్నగువి పాత పడిన నానావిధక్రిము లుత్పన్న మగుచున్నవి. మనము ప్రతిదినము బాగుగ క్రిమముగ మలవిసర్జన చేయని యెడల మన మలము దుర్వాసన పొందుచున్నది. నానావిధ క్రిము లుద్భవించు చున్నవి. ఇటులనే నానావిధ వస్తువులలో నానావిధ దేశములలో నానావిధ వాతావరణములలో నానావిధ పురుగులు పుట్టుచున్నవి. ఇట్లు జరుగుట సహజము. ప్రకృతి ధర్మము. సృష్టి ప్రకృతిశాసనము. కాని, జ్వరములకు ముఖ్యకారణము ఆహారమే యని నిర్ధారణ యగుచున్నది. ఇట్టి ప్రబలకారణములు ప్రత్యక్ష నిదర్శనము లనేకము లున్నవి. "Much ado about nothing." కేవలము భయము, అజ్ఞానము, అంధత్వము. జ్వరములు అంటువ్యాధులైన నా దేహమునకు పరిక్షకర్పించెదను. డాక్టర్లెందుకు అజ్ఞానమునకు

న నేల కఠినముగ శిక్షింపకూడదు? వారి ధర్మము కాదా? అట్లుచేయకున్న నేను ప్రజలకు చాల కీడుచేయరా?

ఉడుపులు, నవ్వు, కోపము, ద్వేషము, అసూయ మున్నగునవి అంటువ్యాధులు. ఎట్లన ఒకడు అందముగ ఉడుపులను ధరించిన ఇతరు లట్లు ధరించుటకు ఆకర్షింప బడుచున్నారు. ఒకడు నవ్వి న ఇతరులుకూడ నవ్వుటకు ప్రేరే రింపబడుచున్నారు. ఒకడు కోపపడిన ఇత రులు కూడ కోపగించుకొనుచున్నారు.

జ్వరము ద్విగుణీకృతమైన దోషజ్వర మని లేక సన్నిపాతజ్వర మని ఆయుర్వేద వైద్యులు పేరడుచున్నారు. దోష, సన్నిపాతజ్వరములను అంగ్లేయ వైద్యులు తైఫాయిడు, న్యూమో నియా జ్వరము లని పేర్కొనుచున్నారు. తైఫాయిడు, న్యూమోనియా జ్వరములు చాల అపాయకరమైన జ్వరములే. తైఫాయిడు, న్యూమోనియా జ్వరములు రెట్టింపైన సామాన్య జ్వరములేగాని, వేఱుకాదు. జ్వరరోగి కొంత కాలము వరకు చికిత్స పొందక, ఔషధ ములు ఆహారము స్వీకరింపక తైఫాయిడుకు గాని న్యూమోనియాకుగాని తటాలున గురి యగుటలేదు. Typhoid and pneumonia mean developed fevers or high temperature or difference of temperature. ఆహారదోషమునకు వాతావరణ దోషము తోడ్పడి, కొన్ని వేళలలో కొన్ని జ్వరము లుద్భవించి, వ్యాపించి, కొన్ని మరణములకు కారణ మగుచున్నవి. ఇట్టి జ్వరములకు కారణము వాతావరణ మందలి మార్పని కొండఱు చెప్పుచున్నారు. మఱికొందఱు పంట కాలదోష మని చెప్పుచున్నారు. అంగ్లే

యులు మలేరియాజ్వరము లని, అవి మలేరియా క్రిముల వలన సంభవించుచున్న వనియు, అంటువ్యాధు లనియు జనులు బహు జాగ్రత్తగ నుండవలెనని చెప్పుచు పోచుచున్నారు. అవి జ్వరములే కదా! జ్వరములకు ముఖ్యకారణము ఆహారమే యని గ్రహించి తిమి. కాన అంటువ్యాధు లెట్లుచున్నవి? జ్వరమనగా హెచ్చు వాతమో, లేక హెచ్చు వైత్యమో, లేక హెచ్చు ఉష్ణమో లేక హెచ్చు శీతలమో, లేక వాని సమ్మేళనమో కాని, వేఱుకాదు. ఇవి మనము తిను పదార్థ ములలో ఇమిడిఉన్నవి. ఆహారము బాగుగ జీర్ణమైన ఒకడు జ్వరముల కెర యగుటలేదు. అట్లు బాగుగ జీర్ణము కానియెడల ఒకడు జ్వరములకు గురియగు చున్నాడు.

పాషాణ ఔషధచికిత్సను గురించి ఇట్లు క్లుప్తముగా తర్కింతము. పాషాణములు చాల అపాయ మైనవి. ప్రాణోపద్రవకర మైనవి. మంచి దేహపుష్టి, మంచి దేహపరిశ్రమ, మంచి జీర్ణశక్తిగల ఆ రోగ్యవంతుడు కొంచెము పాషాణమును పుచ్చుకొనినచో, తన ఆరోగ్యము తలక్రిందులై మరణించుచున్నాడు. దేహపరిశ్రమ, జీర్ణశక్తి బాత్రిగ లేకయు ఒకరి సహాయము లేక లేచుటకు నడచుటకు శక్తిలేని రోగికి పాషాణ రసగంధ కాదుల ఔషధములను వినియోగించిన యెంత అపాయము! ఎంత ప్రాణోపద్రవము! అందు వలన జీర్ణకోశము మరింత చెడి, సాధారణ జ్వరములు అపాయకరమైన తైఫాయిడు న్యూమోనియా జ్వరములుగ పరిణమించుచున్నవి. తత్ఫలముగ రోగులు త్వరలోనో, తటాలు

ననో మరణించుచున్నారు. ఇట్లు సంభవించుట మనము చూచుచున్నాము. గమనించుచున్నాము. వినుచున్నాము. ఇట్టి పాపాణ బౌద్ధములు పలుమాటలు వాడిన ఎంత ప్రాణోపద్రవము గలుగునో మీరే ఊహించండి. ఇట్టి చికిత్సను మానుట శ్రేయస్కరముకాదా? ఆకలి లేకున్నను, మందముగనున్నను, కడుపుబ్బరముగనున్నను, జ్వరము తీవ్రముగనున్నను, రోగి ఆహారమును నిరాకరించినను, వద్దని బతిమాలుకొన్నను, రోగి ఆహారమును తిననియెడల రోగము హెచ్చునుననియు, రోగమునివారణకాదనియు, బలవంతముగా బౌద్ధము, జీర్ణము కాక మునుపే భోజనము పెట్టిన యెంత అపాయము! తత్ఫలముగా జీర్ణకోశము మరింత చెడి, ప్రాణోపద్రవము కలుగుచున్నది. కొందఱు తటాలున మరణించుచున్నారు. కాన ఇట్టి హాని కరమైన బౌద్ధములు చికిత్సలు యెందుకు మానకూడను? ఇట్టి బౌద్ధములను వాడరాదని డాక్టర్లు ఇతరులను ఆక్షేపించుచున్నారు. మందలించుచున్నారు. హెచ్చించుచున్నారు. వారెందుకు అటు లాచరించకూడదు? మొదట వారు మార్గదర్శకులు కావలెను. Example is better than precept.

కొన్ని సామాన్యజ్వరములు చికిత్సదోషముచే త్వరగ కుదురుటలేదు. వానిని ఆంగ్లేయ వైద్యులు మలేరియాజ్వరము లనియు వాని పురుగులవలన ఒకరినుండి ఒకరికి సంక్రమించుచున్నవనియు, వ్యాపించుచున్నవనియు, అంటు వ్యాధులనియు, వానికి ప్రత్యేక చికిత్స, రక్త పుష్టికరమైన ప్రత్యేకాహారము కావలెనని రేయింబవళ్ళు రెండుగంటల కొకసారి బౌద్ధ

ధముల నుపయోగించుచు పాలు, గుఠ్ఠాంసము, చేపలు, గోధుమరొట్టెలు, గోమాంసము మున్నగు హితపదార్థములను వాడుచున్నారు. ఈ హిత పదార్థములలో ఎక్కువ రక్తవృద్ధికర మగు పదార్థ మున్నది. అయితే వానికి యెక్కువ జీర్ణశక్తి కావలెను. ఎక్కువ జీర్ణశక్తికి ఎక్కువ దేహపరిశ్రమ కావలెను. ఎక్కువ దేహపరిశ్రమ వలన ఎక్కువ జీర్ణక్రియ లుద్భవించుచున్నవి. లేకున్న జీర్ణము గాక మరింత జీర్ణకోశము చెడి జ్వరము ద్విగుణీకృత మగు చున్నది. లేక రోగి త్వరగ బాగుపడుటలేదు. అట్టి ఆహారము రోగమును నిరోధించుటకు, నివారించుటకు బదులు రోగమును వృద్ధిచేయుచున్నది. అది ఆహారమునకు బదులు విషముగా పరిణమించుచున్నది. రోగములను వాని చిహ్నములను నివారించుటకు బదులు వృద్ధిచేయుచున్నది. కొన్ని వేళలలో శైశ్వాన్ని, న్యూమోనియా జ్వరములుగా మారుచున్నవి. ఇట్లు సంభవించుటలేదా? ఇందుకు తోడు పలుమాటలు బౌద్ధములను వాడుచున్నారు. బౌద్ధములలోకూడ అనేకవిధములు. అనేక గుణదోషము లున్నవి. బౌద్ధధములుకూడా జీర్ణము కావలెను. లేకున్న అవి రోగములను వాని చిహ్నములను వృద్ధిచేయును. ప్రోత్సహించును. బౌద్ధములు ఆహారము బాగుగా జీర్ణముకానియెడల ఒకటి కొకటి (బౌద్ధధములు - ఆహారము) సహాయపడుచు తోడ్పడుచు, రోగములను వాని చిహ్నములను రేటింపుచేయును. తత్ఫలముగా కొందఱు త్వరలోనో తటాలుననో మరణించుచున్నారు. ఇట్లు సంభవించుటలేదా? మనము

గ్రహించుటలేదా? వినుటలేదా! ఇట్టి చికిత్సలచే జ్వరములెందుకు మలేరియాగాను అంటు వ్యాధులుగాను పరిణమింపవు? వానిని నివారించుటకు నెలలు, వత్సరములెందుకు గడవవు? ఇట్టి చికిత్స మానుట శ్రేయస్కరము కాదా? కొన్ని జ్వరములు ఇట్టిచికిత్సచే త్వరగా బాగు పడవు. తత్ఫలముగా ఏదో కారణము చెప్పి, రోగులకు అపాయకరమైన శస్త్రచికిత్సలు చేయుచున్నారు. తత్కారణముగ కొందఱు తటాలున మరణించుచున్నారు. ఇవి హత్యలు కావా? ఇట్టి అపాయకరమైన శస్త్రచికిత్సలు మానుట శ్రేయస్కరము కాదా?

పాలు, పెరుగు, నెయ్యి, గ్రుడ్లు, మాంసము, చేపలు, గోధుమ రొట్టెలు, గోమాంసము మున్నగునవి వాతపదార్థము లనియు, త్వరగ జీర్ణముకావనియు, ఆ యు ర్వే ద వైద్యులు చెప్పుచున్నారు. ఈ వాతపదార్థములు రక్త పుష్టికరమైన వనియు ఇందులో విటమిను లున్నవనియు, అవి ఆరోగ్యమునకు రోగనివారణకు అత్యంతావశ్యకము లనియు, అంగ్లేయ వైద్యులు చెప్పుచు, గొప్ప ప్రచారము చేయుచున్నారు. ఈపదార్థము త్వరగ జీర్ణము కాదు. బాగుగా జీర్ణముకానియెడల వాతము కలుగును. సర్వవ్యాధులకును వాతము ముఖ్య కారణము. ప్రభాసము. ఇంతేగాక, ఇతర వ్యాధులను వాని చిహ్నములను రెట్టింపు చేయును. ప్రేరేపణ చేయును. ఈ పదార్థములను ఆరోగ్యవంతులుకూడ బాగుగ జీర్ణించుకొనజాలరు. తత్ఫలముగా అనేకులు రోగములకు గురియగుచున్నారు. ముఖ్యముగ రాత్రులందు బాగుగ జీర్ణముకాదు. ఏలన, రాత్రులందు దేహపరిశ్రమ తక్కువ. కాన,

రాత్రు కాలము వాతకాలమని అట్టి ఆహారమును ముఖ్యముగ రోగులు దీర్ఘరోగులు వాడకూడ దని చెప్పు చున్నారు. హెచ్చరించు చున్నారు. కాన, రోగులు, దీర్ఘరోగులు రాత్రుకాలమందు ఆహారమును గురించి బహు జాగ్రత్తగ మెలంగవలెను. ఆహారములలో కూడ అనేకవిధగుణదోషము లున్నవి. వానిని చక్కగ నెరుంగవలెను.

జ్వరములకు ముఖ్యకారణము ఆహారమే యని గ్రహించితిమి. అట్లయిన ఆహారమును తగ్గించిన, మానిన అవి తగ్గవా? అదృశ్యముకావా? నూత్నములో మోక్ష మున్నదన్నట్లు “లగఘనము పరమూషధము కాదా?” ఇది దివ్యోషధము కాదా? అమృతమువంటిది కాదా? కల్పతరువు వంటిదికాదా? ఔషధములవలె ప్రాణాపాయము కలుగజేయునా? రోగములను వానిచిహ్నములను వృద్ధిచేయునా? వాతమునుగాని, పైత్యమునుగాని, శీతలమునుగాని, ఉష్ణమునుగాని, మలబద్ధమునుగాని, పమనవిరేచనములనుగాని, తలనొప్పినిగాని కలుగజేయునా? వగరా? కారమా? చేదా? పులుపా? అసహ్యమా? వ్యాధి హెచ్చై రోగి తలక్రిందులగునని భయమా? ధనవ్యయ ప్రయాసములున్నవా? సున్నితమైన ధర్మామీటరు ప్రైతస్కాపు కాదా? శ్రేష్ఠమయిన గొప్ప డాక్టరు కాదా? పసిబిడ్డలకు జంతుజాలములకు శ్రేష్ఠమైన స్వాభావికమైన ఔషధము, డాక్టరు కాదా? ఉపవాస మనగా రోగులకు దీర్ఘరోగులకు ఒక విందువంటిది! దేహపరిశ్రమ కూడ అత్యంతావశ్యకము. దానివలన అద్భుతమైన ఫలితము కలుగును.

క్షయ చాల భయంకరమైనదనియు, అంటు వ్యాధియనియు, దాని క్రిములవలన సంక్రమించు ననియు, ఒకరినుండి ఒకరికి పోవుచున్నది డాక్టర్లు భయపడి, ఇతరులను కూడా అట్లు భయపెట్టుచున్నారు. ఆందోళన, ప్రచారము చేయుచున్నారు. క్షయకంటే జ్వరములే చాల భయంకరమైనవనియు ప్రాణాపాయ మని నా అభిప్రాయము. ఎటులన, నానావిధ దేశములలో నానావిధజ్వరము లంకురించు చున్నవి. వ్యాపించుచున్నవి. తీవ్రహావము పొందుచున్నవి. కొన్ని వేళలలో చాల మేర వఱకు పోవుచున్నవి. చాలాకాలము వఱకు కూడా పోవుచున్నవి. అనేకులు గురియై బాధపడుచున్నారు.

కొందఱు తటాలుననే త్వరలోనే మరణించు చున్నారు. ఇట్లు జనులు క్షయకు గురియై మరణించు చున్నారా? పోతిదినము సంవత్సరము పొడుగునను అనేకులు జ్వరముల కెరయై బాధపడి కొందఱు మరణించు చున్నారు. క్షయచే జను లట్లు మరణించు చున్నారా? కొన్ని జ్వరములు తటాలున వృద్ధియై అపాయకరమైన పైఫాయిడు, న్యూమోనియా జ్వరములుగా పరిణమించి అనేకులు అకాల అకస్మాత్తు మరణములు పొందుచున్నారు. ఇట్లు క్షయచే జనులు మరణించు చున్నారా? మన హిందూ దేశములో 1918 వ సంవత్సరమున ఇన్ ఫ్లూయెంజా అను భయంకరమైన జ్వరముద్యవించి పిల్లలను, పెద్దలను, యువకులను, యువతులను, బాలురను, బాలికలను, స్త్రీలను పురుషులను, అనేకులను తనపొట్టను పెట్టుకొనెను. ఎన్నెండ్రు గడచిన ఇట్లు క్షయచే జనులు గలిగియున్నారా? కాన, ఏది అపాయకర

మైనది? భయంకరమైనది? క్షయయా లేక జ్వరములా? ఏవ్యాధికి జనులు యెక్కువగా గురియై బాధపడి మరణించుచున్నారు? గమనింపుడు. ఒక పల్లెయొక్కగాని, గ్రామము యొక్కగాని, పట్టణముయొక్కగాని, దేశము యొక్కగాని, లేక ఖండము యొక్కగాని, ప్రపంచముయొక్క గాని మరణసంఖ్య గమనింపుడు. ఏవ్యాధికి జనులు యెక్కువగా గురియై బాధపడి మరణించుచున్నారో తేటతెల్లమగును. కొన్ని జ్వరములు త్వరగ వాసిగానియెడల ఇతర వ్యాధులుగ పరిణమించు చున్నవి.

కొన్ని జ్వరములు క్షయకు కూడ కారణమగుచున్నవి. కొందఱు రోగులు జ్వరముచే బాధపడి, వడి, క్షయరోగు లగుచున్నారు. ఎటులన, జ్వరము త్వరగ కుదరనియెడల శ్వాసకోశములకు జబ్బు కలుగుచున్నది. క్రమక్రమముగా శ్వాసకోశములు చెడుచున్నవి. తత్ఫలముగ గళభ్రమము లుద్భవించు చున్నవి. జీర్ణకోశముచెడి, రోగి బలహీనుడుగను, శల్యావశిష్టుడుగను, రక్తహీనుడుగను ఏర్పడుచున్నాడు. కొందఱు హెచ్చుగనో తక్కువగనో రక్తమును కల్గుకుదురు. తత్ఫలముగ క్షయరోగి యని పేరెడబడు చున్నాడు. ఇట్లు సంభవించుట లేదా? మనము చూచుటలేదా? గమనించుట లేదా? వినుట లేదా? క్షయ, దానిచిహ్నములు, దానికారణములు మనము గ్రహించ జాలమా? అద్దమువలె గోచరించుట లేదా? క్షయను దానిచిహ్నములను కనుగొనుటకు నివారణకు డాక్టర్లు, ఔషధములు, ధర్మామీటరు, ప్రైతస్కోపు, యక్కురేయంత్రము కావలెనా? విషయసందర్భమును

బట్టి క్షయను గురించి సంగ్రహముగ విమర్శించితిని.

“గోటితో పోవుదానికి గొడ్డలెందు” కన్నట్లు మనము కొంచెము జాగ్రత్తగ నుండిన మరీ జీవిత కాలములో మనము జ్వరములకు గురి కాము. ఎట్లన, కొంతకాలమువఱకు అల్ప పైత్యము చేతనో, అల్పవాతముచేతనో, శీతలము చేతనో, ఉష్ణముచేతనో వమన విరేచనములచేతనో, తలనొప్పిచేతనో, మల బద్ధకముచేతనో, ఒడలు నొప్పలచేతనో లేక వాని చిహ్నముల చేతనో బాధపడక జ్వరములకు తటాలున యెరయగుటరుదు. ఆ చిహ్న కాలములో వాతపదార్థము మానినగాని లేక తగు దేహపరిశ్రమ పొందినగాని లేక రాత్రి లందు ఒకటి రెండు పూటలు ఉపవాసము చేసిన ఆ లక్షణములు అదృశ్యమగును. లేకున్న అవి జ్వరములుగనో, మలేరియాగనో, తైఫాయిడు, న్యూమోనియాగనో, క్షయగనో పరిణమించును. ఇట్లాచరించిన వ్యాధులు మరణములు మనకు భయపడవా? మనము వాటికి భయపడవలెనా? మనము గొప్పవైద్య నిపుణులము కాజాలమా?

సామాన్య జ్వరకాలమందు, తైఫాయిడు, న్యూమోనియా కాలమందు అవి అదృశ్యమగు వఱకు లేక చాలభాగము తగ్గువఱకు రోగి పూర్తి ఉపవాసము చేయవలెను. ఆరోగ్యము జీర్ణశక్తి, దేహపరిశ్రమ హెచ్చుకొలది ఆహారమును క్రమక్రమముగ హెచ్చించవలెను. ప్రారంభమున ఫలాదులు అనగా నారింజ

పండ్లు శ్రేష్ఠము. ఇట్లాచరించుటవలన అనేక విఫలములు వాసియెనవి.

ఇట్లాచరించక పలు మాటు బొషధములు, ఆహారము స్వీకరించిన జ్వరములు అంటు వ్యాధులే, భయంకరమైనవే, నివారించరానివే! నిజమే, సత్యమే!

ఇతరులు డాక్టర్లుకారు. జనులే నిజమైన డాక్టర్లు. ఎట్లన, జనులేగదా రోగములచేతను వాని చిహ్నములచేతను బాధపడువారు. కాన, జనులు రోగములను వాటి చిహ్నములను కనుగొనలేరా? గ్రహించజాలరా? రోగములను వాటి చిహ్నములను గ్రహించుటకు డాక్టర్లు, ధర్మామితరు, స్వేతస్కాపు కావలెనా? వాని చికిత్సకు నివారణకు డాక్టర్లు బొషధములు కావలెనా? డాక్టర్లు తమకు సంభవించు వ్యాధులను వాటి చిహ్నములను కనుగొనజాలక, బాగుచేసికొనజాలక అనేకులు దీర్ఘరోగులై నానావిధములుగ బాధపడి అనేకులు అకాలములో మరణించుచున్నారు. కొందఱు తటాలున మరణించుచున్నారు. ఇట్లుండ, ఇతరుల రోగములను వాని చిహ్నముల నెట్లు గ్రహించి చికిత్సచేసి రోగుల నెట్లు బాగుచేయగలరు? పరిహాసము కాదా?

ఇట్లాచరించిన రోగములు, బొషధములు, డాక్టర్లు, చికిత్సాలయములు అదృశ్యము కావా? స్థలవిస్తరభీతిచే సంగ్రహముగ విమర్శించితిని.

వివిధ జ్వరములు (DIFFERENT FEVERS)

డా॥ పాలవ రి నరసింహారావు, N. D. వేటపాలెం

జ్వరమనగా శరీర సంబంధముగగాని, మానసికముగగానో దేహము బాధపడుచున్నదని తెలియజేయు బాహ్యలక్షణము. ఇది ప్రత్యేకమైన వ్యాధి గాదు. సాధారణముగ తరుణవ్యాధు లన్నిటిలోను కొద్దిగనో, గొప్పగనో శరీరమున జ్వర ముండియుండును. సామాన్య శైత్యభారము చేసినను జ్వరము వచ్చును. స్ఫోటకము, ఆటలమ్మ, రక్త విరేచనములు, ప్లేగు, ప్రియములు, కామిల, సంధి వాతము మొదలగు తరుణవ్యాధు లన్నిటిలోను జ్వర ముండితీరును. అంతరావయవములలో వేరు రోగము బాధించుచున్నదని తెలియజేయు బాహ్యలక్షణమేగాని, ప్రధానవ్యాధి గాదు. జ్వరములు పలుతెరగు లనియు వాని మూల కారణము చక్కగ యోచించి చికిత్స చేయవలయు ననియు ఆయుర్వేద వైద్యుల అభిప్రాయము. జ్వరములను అనేకులు అనేక తరగతులుగ విభజించిరి. అవి వాత, పిత్త, క్లేష్మ, వాతపిత్త, వాతక్లేష్మ, పిత్తక్లేష్మ, సన్నిపాత, సంతత, సతత, అస్వేద్య, త్రాస, హిక, చాతుర్ధిక, అభిచార, గ్రహవేష, శాప, శ్రమ, దాహ, ఘాత, అంగచ్ఛేద, కామ, భీతి, దుఃఖ, రోష, విషనయోగ, ఔషధ గంధములని 25 తరగతులుగ నుండునని ఆయుర్వేదమున వివరింపబడినవి.

1. వాతజ్వరములు:— వాతాధిక్యమువలన గలిగినవి. వీనియందు మలబంధము, కడుపుబ్బరము, ఆవలింతలు, అరుచి, కంఠము, చెదవులు ఎండిపోవుట, నిదుర రాకపోవుట,

శీరము హృదయము నొచ్చుట మొదలగు నవి ప్రధాన లక్షణములు.

2. పిత్త జ్వరములు:— పిత్తాధిక్యము వలన గలిగినవి. వీనియందు అతిసారము, నిదుర భంగము, వాంతి, తరుచు మాటలాడుట, నోరుచేదు, దాహము, చెమటలుపోయుట, మలమూత్రములు, కండ్లు పచ్చగ నుండుట మొ॥ లక్షణములతో కూడియుండును.

3. క్లేష్మజ్వరములు:— క్లేష్మాధిక్యతవలన గలిగినవి. వీనియందు దగ్గు, పడిసెము, వాంతి, గగుర్పాటు, అతినిద్రా స్వప్నముగ చుండుట, శరీరభారము, మొదలగు లక్షణములు ప్రధానలక్షణములు.

4. వాత పిత్త జ్వరములు:— ఈ జ్వరములయందు కొన్ని దినములు మలబంధము, కొన్ని దినములు అతిసారము ఉండును.

5. వాత క్లేష్మజ్వరములు:— వాతజ్వర లక్షణములు కొన్నియు, క్లేష్మజ్వరలక్షణములు కొన్నియు కలిసియుండును.

6. పిత్త క్లేష్మజ్వరములు:— పిత్తజ్వర లక్షణములు కొన్నియు, క్లేష్మజ్వర లక్షణములు కొన్నియు కలిసియుండును.

7. సన్నిపాతజ్వరములు:— వాతపిత్త క్లేష్మములు మూడును ప్రకృతినిండుచులన గలిగిన జ్వరములు. ఇవి 18 విధములనియు, అందు 6 సాధ్యములనియు తక్కినవి అసాధ్యము లనియు ఆయుర్వేదవైద్యుల అభిప్రాయము.

8. సంతతజ్వరములు:—7 దినముల కాలమైనను, 10 దినముల కాలమైనను, 12 దినముల కాలమైనను ఒక క్షణకాలముకూడ విడువకుండు జ్వరము సంతతజ్వర మనబడును.

9. సతతజ్వరములు:—పగటియందు అధికముగ నుండి, సాయంకాలమున శమించి, మరల రాత్రియందు వేగముగ నుండునవి.

10. అన్యేద్య జ్వరములు:—అహో రాత్రీ ములలో నొక పర్యాయము వచ్చు జ్వరములు.

11. త్రాసహిక జ్వరములు:—ప్రతి మూడవ దినమున వచ్చునవి.

12. చాతుర్థిక జ్వరములు:—ప్రతి నాల్గవదినమున వచ్చెడు జ్వరములు.

13. అభిచార జ్వరములు:—కూర్గిపోవలను ప్రయోగించుట వలన జనించునవి. (శాతపూడివలన)

14. గృహవేశజ్వరములు:—భూతప్రేతపిశాచాదులు సోకుటవలన గలుగు జ్వరములు. వీనియందు అపస్మారము, వెళ్లిచూపులు చూచుట, మిక్కిలముగ తినుటయం దిచ్చు, పాడుట, నవ్వుట, అడుట, తంద్రీ మొివి వీని లక్షణములు.

15. శాపజ్వరములు:—ఋషులు మొి వారి శాపములవలన జనించునవి.

16. శ్రమజ్వరములు:—అధికమైన శారీరకమానసిక శ్రమవలన గలిగిన ఒడలికవలన గలుగును. నాటకములు వేయుటకు, హరికథలు చెప్పుటకు నిద్రాకాయుట వలనను, పరీక్షకు తయారగు విద్యార్థులు

రాత్రేల్ల నిద్రాకాయుటవలనను, రోగుల కుపచారము చేయువారికి విశ్రాంతి లేక గలిగిన ఒడలికవలనను, శక్తిశీమించిన కాయకష్టమువలనను ఈ జ్వరములు వచ్చుచుండును.

17. దాహజ్వరములు:—సర్వాంగతాపము, అతిదాహము, నోరెండుట, అసంగతముగ మాటలాడుట, మొదలగునవి ఈ జ్వర లక్షణములు.

18. ఘాతజ్వరములు:—దెబ్బలు తగులుట వలన గలుగునవి.

19. అంగచ్ఛేదజ్వరములు:—తివాటువలన శరీరమందేభాగమైన తెగుటవలనగలిగినవి.

20. కామజ్వరములు:—విపరీతమైన కామోద్రేకమువలన గలుగును. ఈ జ్వరములందు చిత్తచలనము, తంద్రీ, పా్లుమాలిక, మనోవేదన యుండును.

21. భీతిజ్వరములు:—చీకటిలో త్రాడుచూచి పామని భయపడుట, దొంగయని భయపడుట మొి వానివలన గలుగునవి.

22. దుఃఖిజ్వరములు:—భార్య పోయియో, భర్త పోయియో, ప్రియమైన బిడ్డ పోయియో పొందెడి విపరీతమైన మనోవేదనవలన గలుగునవి.

23. రోష జ్వరములు:—ఎవరి నైన హత్య చేయవలె నని పడు మనోవేదనవలన గలుగును. వీనియందు వణకు ప్రధాన లక్షణము.

24. విషనయోగ జ్వరములు:—తృహత్య చేసికొనుటగాని, గర్భములు పోగొట్టుకొనుటకుగాని విషములను మ్రింగుటవలన

గలుగునవి. వీనియందు ముఖము నల్ల బారుట, అతిసారము, అరుచి, దప్పి, మొదలగునవి ప్రధాన లక్షణములు.

25. ఔషధ గంధజ్వరములు:—ఉగ్రములగు ఓషధజ్వరము మూర్ఛనుటచేత గల్గిన జ్వరములు. వీనియందు మూర్ఛ, తలనొప్పి, వాంతి, తుమ్ములు మొదలైన లక్షణములు.

పై జ్వరములలో 1 మొదలు 12 వరకు సన్నిపాత జ్వరములనియు, 13 మొదలు 15 వరకు ఆగంతుకజ్వరము లనియు, 16 మొదలు 19 వరకు అభిఘాతజ్వరము లనియు, 20 మొదలు 25 వరకు అభిషంగజ్వరము లనియు ఆయుర్వేదమున వివరింపబడినవి. 1 మొదలు 12 వరకు వ్రాయబడిన జ్వరములు వాతపిత్తశ్లేష్మాధిక్యతలవలన గలిగినవి. అనగా ఆహార విహారములలోని లోపమువలన గలిగినవి. వీనియందు రోగపదార్థము శరీరమున పేరుకొని మందమై జ్వరములు కలుగుచుండును. కామ, భీతి, రోష, దుఃఖ మొదలగు వికారములవలన పాత్రికడుపునందు నిలువయుండు రోగపదార్థములలో మండోత్పత్తిని చేయును. లేదా వానివలన శరీరమందు విషాదు లుత్పత్తియగును.

ఎవరైనా ఒక జ్వరరోగి వైద్యునియొద్దకు పోగానే, జ్వరభేదమును గుర్తించకయే, నల్లపుండో, తెల్లపుండో చేతిలో బెట్టి సాగనంపును. అట్లోపతి వైద్యశాలకు రోగివెళ్ళి "జ్వరమండి" అని చెప్పి చెప్పకముందే డాక్టరుగారు చీటీవ్రాసి ఏవిషయో సీసాలో బోసి పంపుతారు. పాపభీతిగలిగి, దేశక్షేమము కొరకు పాటుపడు సద్వైద్యు డెన్న డల్లు చేయడు. అన్ని జ్వరములలో శరీరవేడిమి ఒకటి

మాత్రము సామాన్యలక్షణముగాని, వాని కారణములు వివిధములై యున్నవి. ఒకనికి కామజ్వరము వచ్చినదనుకొనుడు. ఆజ్వరకారణమూ రోగికి తెలియవచ్చును గాని, ఇతరుల కేతని బాధ చెప్పడు. అందువలన అతని తలిదండ్రులు వైద్యుని పిలిచి చూపించెదరు. వైద్యు డతని జ్వరలక్షణములను గుర్తించి కారణమును దెలిసికొనక, ఏ విషయో నిర్ణయించుట ఎంత ప్రమాదకరమో యోచింపుడు. కామజ్వరములలో చిత్తచలనము, తంద్ర, ప్రాణిమూలిక, మనోవేదన యుండును. ఈ లక్షణములతో కూడియున్నపుడు వైద్యుడు రోగితో రహస్యముగ మాటలాడి, యథార్థమును తెలిసికొని, బ్రహ్మచారియైన వివాహము చేసికొమ్మనియు, విధవయైనచో సాత్వికాహారముల దిను మనియు, శీతలోపచారముల వలన ఉడుకెత్తిననాడీ కేంద్రములను శాంత పరచుటయు, ఆధ్యాత్మిక జీవనమును ప్రోత్సహించుటయు చేసిన యెడల ఆతని జీవితమును ధన్యము గావించిన వాడగును.

ఒకానొకవిధవ గర్భవతియై గర్భమునుపోగొట్టి కొనుటకు గాని ఆత్మహత్య చేసికొనుటకుగాని విషము మ్రింగవచ్చును. దీనివలన గలిగిన జ్వరకారణము రోగికి తెలియును గాని ఇతరులకు యథార్థము చెప్పదు. ఇట్టి కేసులు వైద్యుని యొద్దకు వచ్చినపుడు లక్షణములను చక్కగా గుర్తించ వలెను. ఇట్టి జ్వరములలో ముఖము నల్ల బారి యుండును. అతిసారము, అరుచి, అతిదాహ ముండును. ఈలక్షణములున్నపుడు ఆమె జీవితచరిత్రను బాగుగ విచారించి జ్వరకారణమును గుర్తించవలెను.



జ్వరములలో వెంటనే వమనములగుటకు తగిన ప్రక్రియల నుపయోగించ వలెను. జల ధౌతి చేయుట శ్రేష్ఠము. ఆ సాధన లేనపుడు వేడినీరు తాగించి కంఠములోనికి వేళ్ళను చొప్పించి కక్కించ వలెను. ఎనిమా సాధన వలన మలశోధన చేయవలెను. బాష్ప స్నానములవలనగాని అతపస్నానములవలన గాని చెయట పట్టించవలెను. జ్వరలక్షణములు పూర్తిగ శాంతించు వరకు ఘనపదార్థము లేదీయు ఇవ్వరాదు. మంచిదీరు తాగించుచు సంపూర్ణ ఉపవాసము చేయించుట శ్రేష్ఠము. జ్వరరోగియందు అపస్మారము, వెళ్ళిచూపులు జూచుట, మిక్కుటముగ దినుటయం దిచ్చు, పాడుట, నవ్వుట, ఆడుట, తంద్రీ మొదలగు లక్షణములు గుర్తింప బడినచో అది భూత ప్రేతపిశాచాదులు సోకుటవలన గలిగినదని గ్రహించి గ్రహశాంతి చేయించవలెను.

రోగికి ప్రజలవిరోధు లేవరైన గలరేమో తెలిసికొని పిచ్చిదయ్యములుగాని, శాతపూడి మొదలగు ప్రయోగములనుగాని చేసినా రేమో బాగుగ యోచించవలెను. అతని జీవిత చరిత్రను ఇతరుల నడిగి తెలిసికొనవలెను. పిచ్చిదయ్యములను సాతపూళ్ళను యీ కాల ములో చాలమంది నమ్మలేరు. నేనును ఇది వరలో నమ్మువాడను గాను. నేను కనలూర చూచి నమ్మిన విషయము నొకదానిని వ్రాయుచున్నాను. 16 సం॥ల యీడుగల నా ఆప్తబంధు వొకడున్నాడు. ఈ పిల్ల వాని పెద తండ్రి కరణమై సంతతిలేక చనిపోయినాడు. ఆ కరిణీకమునకు యీ పిల్లవాడు వారసు. ఈ పిల్ల వాని పెదతండ్రి (మరణించిన కరణము) భార్యకును యీ పిల్ల వాని తల్లిదండ్రులకును

విరోధము. అందుచే కరిణీకము యీ పిల్ల వానికి దక్కకుండ చేయవలెనని తన మగడు దత్తుచేసు కొనినా డనియు ఆ దత్తుకుమారుడే కరిణీకమునకు హక్కుదారు డనియు కొందరు గ్రామస్థుల సహాయముతో పదంతి పెట్టినది. అందు పై కరణముభార్యకును యీ పిల్ల వాని తండ్రికిని గొప్పవ్యాజ్యము జరిగినది. విచారణ సాంతము కాకముందే స్కూలుపైసలు చదువుచున్న యీ పిల్ల వానికి ప్రశయమైన జ్వరము పారంభించి అందులో పిచ్చిమాటలు, వెళ్ళిచూపులు, ఇతరులను కొట్టబోవుట మొ॥ పిచ్చిలక్షణము లేర్పడినవి. మొదట సామాన్య జ్వరమేనని నాటువైద్యులయొద్ద చికిత్స చేయించిరి. జ్వరము తగ్గినదిగాని పిచ్చిధోరణి తగ్గ లేదు. రోజుకు రోజుకు పిచ్చి చేష్టలు విపరీత మైనవి. వ్యాజ్యములో ఎక్కుపార్శివారు (లేట్ కరిణంభార్య) ఈ పిల్ల వానికి పిచ్చియనియు కరిణీకమున కనర్హుడనియు, కోర్టువారికి పిటీషన్ పెట్టిరి. అందుపై కోర్టువా రా పిల్ల వానిని కోర్టులో హజరు పెట్టమనిరి. ఏలాగైనా పిచ్చి ధోరణి తగ్గిన తరువాత హజరు పెట్టవచ్చునని వాయిదాలు కోరుచు ఆరుమాసములు గడిపిరి. ఆరుమాసములకు గూడ ధోరణి తగ్గలేదు. కోర్టువారు వాయిదా లివ్వ మనిరి. ఎక్కు పార్శివారు చేయించిన ప్రయోగములై యుండు నని యూహించి గత్యంతరము లేక వ్యాజ్యము వదులుకొనిరి. లేకుంకరణం భార్య దత్తుకుమారునికి కరిణీకము ఖాయపడినది. తరువాత 15 దినములలో ఈ పిల్ల వాని పిచ్చి నయమై ఇప్పటివరకు సుఖముగ నున్నాడు. కాబట్టి ఈ విధముగ రోగులు వైద్యుని యొద్దకు పోయినపుడు కారణము గ్రహింప

జాలక రసవిషాదులు పోసినచో “ఒంటేలికి వెళ్ళిన రెండేళ్ళకు వచ్చిన”దను సామెతగా ఉన్న రోగమునకు ఉపరి రోగముకంటే వెంట ఉంచును. కారణ మరయక పోయి రసవిషాదు లెత్త పరమాదకరమో యోచించండి.

ఒకానొక నటుడు బ్రాందిత్రాగి, కాఫీత్రాగి, టీత్రాగి, తెల్ల వాల్లు నాటకమాడును. అట్టి బడలికనలన జ్వరము రావచ్చును. ఇది శ్రమ జ్వరమందురు. ఈ పరిస్థితులలో రోగికి లఘు భోజనముల నిర్ణయించి సంపూర్ణ విశ్రాంతి నీయవలె గాని చేతికి చిక్కిన మందుల నుపయోగించ రాదు. కాబట్టి జ్వరములకు వివిధ కారణము లుండును గనుక ఆయుర్వేద వైద్యులు వారి యభిప్రాయములను ధన్వంతరి గ్రంథము నందిల్లు ప్రాసియన్నారు. జ్వరమున కొషధము కొందరు 7 దినములకు పిదప నీయవలయు ననియు మరి కొందరు 10 దినములకు పిదప నీయవలయు ననియు చెప్పుదురు. 7 దినముల లోపలనే జ్వరమున కొషధ మిచ్చిన నది విషతుల్యమైరోగిని జంపును. అనగా గాఢోషధముల వాడకుండుట ఘనవైద్యుల ఆచారమై యున్నది. కాబట్టి కొషధముల నిచ్చుటలో వైద్యుడు చక్కగ యోచించి నిర్ణయించ వలెను. ప్రకృతి వైద్యునికి ఉపవాసము, ఎనిమా, శీతలోపచారములు దివ్యోషధములు గనుక, ఎట్టి జ్వరములో నైనను వీని నాచరించిన ప్రమాదము లేదు.

ఉపవాసము శారీర మానసిక విశ్రాంతి నొనంగును. కనుక నమస్తజ్వరములలోను దాని నాచరింప దగను. శీతలోపచారములు ఉడుకెత్తిన నాడీకేంద్రముల నుపశాంతి పరచును గనుక అవియు నిరపాయములు. మనోవేదన

వలనగాని అధిక కాయకష్టము వలనగాని దుఃఖము వలనగాని శరీరమం దుత్పత్తియగు విషాదులను తొలగించుటకు ఎనిమా చాల ఉపకారము చేయును. ఈ ప్రకృతి చికిత్సలు నిరపాయములుగనుక జ్వర కారణము గ్రహించు లోపల వీని నాచరించినను ప్రమాదములు గలుగవు.

పైన వివరించిన వివిధజ్వరములే గాక పురాణ జ్వరములు (దీర్ఘజ్వరములు) వేరు విధములు. ఈ దీర్ఘజ్వరములకు తరుణజ్వరచికిత్స లాచరించిన రోగి మరణించును. వీని యందును సరియైన కారణములు గ్రహించి తరువాత చికిత్సలు ప్రారంభించ వలెను. నా యను భవములో నొక చరిత్రను వ్రాయుచున్నాను. ఒకానొక పిల్లవానికి జ్వరము ప్రారంభమైనది. ఆంగ్లేయ వైద్యులు హైఫాయిడ్ అని నిర్ధారణచేసిరి. ఈ పిల్లవాని తండ్రి ప్రకృతి వైద్యాభిమాను లగుటచే ఎనిమా, ఫలరసములు, కంటి లింగస్నానములతో చికిత్సప్రారంభించిరి. నెల గడచినను జ్వరము తగ్గలేదు. రోగి క్రమముగ క్షీణించిపోవు చుండెను. అప్పుడు వారికి చికిత్స జరుపు కొనుటలో డైర్యము చాలక నన్ను తీసికొని వెళ్ళిరి. రోగికి జ్వరము తప్ప ఇతర చెడులక్షణము లేవియు కనిపించ లేదు. నేనుకూడ మొదట హైఫాయిడ్ జ్వర మనియే భావించితిని. గత మాసములో రోగికి పాలు మొదలగు ఆహార మిచ్చుచుండవచ్చుననియు అందువలనజ్వరము తగ్గ లేదనియు ఊహించి సంపూర్ణ ఉపవాసము చేయించుటకు ప్రయత్నించితిని. కష్టము మీద రెండు దినములు చేసినాడు గాని ఆకలికి తాళజాలక పోయెను. అంతట

బాగుగ యోచించితిని. పైఫాయిడ్ జ్వరమే మైనచో, రోగి తాళలేనంత ఆకలి యుండదు. జ్వరము పూర్తిగ నార్కలుకు వచ్చిన గాని సహజముగ నాకలి గలుగదు. నా యనుభవములో ఎంత తీవ్రముగ పైఫాయిడ్ జ్వరమైనను, 15 దినముల సంపూర్ణ ఉపవాసమునకు లొంగి తీరునని నా డైర్యము. ఇచ్చట పరిస్థితులు చాల భేదించుటచేత, రోగి యొక్క పూర్వచరిత్రను బాగుగ తెలిసికొంటిని. అతని తల్లి క్షయవ్యాధివలన మరణించినట్లు చెప్పిరి. ఆ పిల్లవాడు తనకు షుమార్గాక సంవత్సరమునుండి శరీరము అతివేడిగ నుండెననియు, కఠినముగ ఉత్సాహము తగ్గుచు, శక్తి క్షీణించెననియు చెప్పెను. అందుపై అతని జ్వరము తరుణ మైనది గాదనియు, దీర్ఘజ్వర మనియు నిర్ధారణచేసికొంటిని. దగ్గు అనలే లేనందున క్షయ యని ఊహించుటకు ఏలైనదిగాదు. అంతట పిల్లవాని తండ్రితో క్షయ ప్రారంభదశలో నున్నదని సచ్చజెప్పించితిని. విధానమును వెంటనే మార్చితిని. దీర్ఘ జ్వరములలో దీర్ఘోపవాసములు ప్రమాద

కరముగాన, అతనికి ఉదయము 8 గంటలకు ఆవుపాలున్ను, (వచ్చివి) 11 గం॥ 10 తులముల గ్రహం రొట్టెయు దానితో 20, 30 తులములు ఉడికించిన కాయగూరలున్ను, రాత్రి 8 గం॥ బత్తెయు, కమల, ద్రాక్ష వగయ్యరా తియ్యనిరనవంత మగు ఫలములున్ను ఇప్పించితిని. ఉదయము 5-30 గం॥లకు 10 ని॥లు లింగస్నానమున్ను నిత్యము ఉదయము 10 గం॥లకు వెన్నతో శరీరమంతయు మర్దనచేసి, నలుగుపైట్టి అభ్యంగస్నానమున్ను సాయంత్రము 4-30 గం॥లకు ఆదిత్యపేటికలో ఊదావర్ణములో 10 ని॥లు సౌమ్య ఆశప 'స్నానమున్ను, ఆ వెంటనే 5, 6 ని॥లు శీతలోదక కటిస్నానమున్ను చేయించితిని. ఈ విధముగ చికిత్స చేయగా 40 దినములలో జ్వరము తగ్గి ఆరోగ్యవంతు డాయెను.

కాబట్టి జ్వరము లనేకరకము లనియు, అన్నిటి యందును శరీరవేడిమి సమానమైనను, కారణములు వివిధములనియు ఏజాతికి జెందినదో తెలిసికొనక చేయు చికిత్సలు చాల ప్రమాదకరమనియు, తెలిసికొని చికిత్స చేయవలెను.

॥౦౩॥ 

రా మ కృష్ణ వ్ర కృ తి చి కి త్సా ల య ము

మునులతోట, రేపల్లెతాలూకా, గుంటూరుజిల్లా.

ఇచ్చట బౌద్ధములు, ఆపరేషనులు, ఇంజక్షనులతో నిమిత్తము లేకుండ యోగ వ్యాయామ వివిధ ప్రకృతి చికిత్సా విధానములచే కుష్ఠ, బొల్లి, ఉబ్బనము, క్షయ, మార్పులు, పిచ్చి, వంధ్యత్వము మరియు సుఖివ్యాధి మొదలగు మానవులకు సంక్రమించు సమస్తవిధము లగు శారీరక మానసికము లగు యగ్గుతలు నివారించబడును. మరియు స్థూల రేహాలు సన్ననివారుగను, దుర్బలశరీరులు బలిష్ఠులుగను, అందవి కారులు సౌందర్యకరులుగను చేయబడుదురు. రీదలకు మాత్రము ఉచితముగా చికిత్స చేయబడును. వివరములు కోరువారు 0-4-0. పోస్టుబిళ్ళలు పంపించినచో “ప్రకృతి వైద్య”మును గ్రంథము పంపబడును.

ఆకూ, వక్కా అలవాటు తూర్పుదేశములలో చాలా రోజులనుండి ఆచరణలో నున్నట్లు తెలుస్తున్నది. పదమూడవ శతాబ్దములో హిందూదేశమునకు వచ్చిన మార్కోపోలో హిందూదేశములోని పాటకజన మంతా తమలపాకలను ధారాళముగా వేసుకొంటారని తన గ్రంథములలో వ్రాసెను. తరువాత శతాబ్దములో వచ్చిన ఔరోప్సా, ఆకూ, వక్కను గూర్చి యెక్కువగా చెప్పినాడు. ఆకూ, వక్కా వేసుకొనిన యెడల, జీర్ణక్రియ బాగుగా జరుగునని, మనసు నిర్మలముగా నుండుననీ, దాహము తగ్గుననీ చెప్పినాడు. తాంబూలములో వాడు నుగంధద్రవ్యముల మీద ప్రభుత్వమునకు ఆదాయము యెక్కువగా వచ్చునని చెప్పాడు.

ఈ నిదర్శనములబట్టి తాంబూలం వేసి కొనుట ఆరు యేడు శతాబ్దముల క్రిందట నుండి అలవాటుగా నున్నట్లు తెలియుచున్నది. ఇది హిందూదేశములోని అన్ని భాగములలోను అమలులో నున్నది. మలయా, ఈజిప్టు, పాలస్తీనా, ఇరాక్, అరేబియా, తూర్పు, పడమర ఆఫ్రికాదేశవాసులలోను యీ అలవాటు గలదు.

ఇన్ని శతాబ్దములనుండి ఉన్న యీ అలవాటు వలననే అంతర్వ్యణములు పుట్టుచున్నవని పాట్నా రేడియమ్ ఇన్స్టిట్యూట్ వారు చెప్పుచున్నారు. నూటికి యేబది మందిలో యీ అలవాటు వలననే అంతర్వ్యణములు పుట్టుచున్న వనుచున్నారు.

ఆకు, వక్క, సున్నమును కలిపి నమలుట వలన లాలాజలమునకు ఎరుపురంగు వచ్చును. ఈ తమ్మను నోటిలో చాలా కాలము నిలవడించు తారు.

పాట్నా రేడియమ్ ఇన్స్టిట్యూట్ వారు చెప్పిన యీ కొత్తవిషయమై అమెరికా, ఐరోపా దేశములలో పరిశోధనలు జరిగినవి. వీటి ఫలితముగా ఆకు వక్కలో వాడు సున్నమువలన యీ అంతర్వ్యణములు పుట్టుచున్నవని తెలిసికొన్నారు. ఆకు, వక్కను వాడరాదని నిషేధించుటకన్న సున్నములోని లోపములను తొలగించుటకు ప్రయత్నించుట యుక్తము. లోపము లేని మరొకవస్తువును వాడ మని చెప్పాటయు సమంజసమే.

ఆకూ, వక్కలో యిది ఒక్కటే లోపమున్నట్లు చెప్పుచున్నారు. సారాయి, గంజాయి, పొగాకు, నల్లమందు మొదలగు నిషావస్తువులకన్న యిది తక్కువ హానికరమని అందరూ ఒప్పుకొన్నవిషయమే. ప్రతిదినమూ ఆకు, వక్కు నమలినందువలన పళ్లు, చిగుళ్లు నల్లబడును. ఈ నలుపును సౌందర్యచిహ్నముగా కవులు పేర్కొన్నారు. అదా, మగా విచక్షణ లేకుండా వీటిని అందరూ నేవిస్తారు. శుభాశుభముల రెంటిలోనూ ధారాళముగా వాడుతారు. గౌరవచిహ్నముగా భావిస్తారు.

ప్రజల రోగారోగ్యముల రెంటికినీ అవసరమైన యీ ముఖ్యవిషయమై ప్రభుత్వము వారు పరిశోధనలు జరుపుదురు గాక.

నీనికానిదానము

(కాపీరైటు)

౧

మానవ దేహములో యెన్ని అవయవములు గలవో అన్ని అవయవములకును వేరువేరు జబ్బులు వచ్చునని అలోపతీ వైద్యమువారు చెప్పునకు. వీరి అభిప్రాయము ప్రకారము కంటికి సంబంధించిన జబ్బులువేరు. కాలికి సంబంధించిన జబ్బులువేరు. ముక్కుకు సంబంధించిన జబ్బులువేరు. నోటికి సంబంధించిన జబ్బులువేరు. ఇవన్నియు యెన్నటికి కలియవు. వేటితోని వాటిచే. దీనికి నిదర్శనము కావాలంటే - బస్తీలలోనేమి, పల్లెలలోనేమి, కంటివైద్యము నిపుణులు, ముక్కు వైద్య నిపుణులు, నుఖిరోగ నిపుణులు, బయలుదేరారు. వీరి అభిప్రాయము ప్రకారము యే అవయవపుజబ్బు ఆ అవయవమునకు సంబంధించినదే. ఈ జబ్బుపడిన అవయవమునకు మిగిలిన దేహమునకును యేమియు సంబంధములేదు అందువలననేకాబోలు స్వప్న స్థలనముతో బాధపడుతుంటే- జాలద్రవములు యొక్కవగా ఊరుచున్నవి. వాటిని విడుదల చేయుట అవసరముగాన సంభోగము జరుపమంటారు, అలోపతీ వైద్యులు. ఈ స్వప్న స్థలనమునకు అజీర్ణము మూలమని యెరుగరు. తీనిన ఆహారమంతయు రక్తముగా మారుట లేదనియు, రక్తముగా మారుటకు అవసరమైన (బియ్యపుపిండివంటి) మొదటిభాతువే స్వప్నకాలమునందు బయటకు వెడలిపోవుచున్నదనియు తెలిసికొనరు. శ్వాసాయక్షయతో బాధపడుతుంటే దేహములోబలము

మృత్తింటి ఆంజనేయులు

తక్కువగా నున్నదనియు, బలకరము లగు కోడిగుడ్డను మాంసమును తినమంటారు.

ప్రకృతి వైద్యమన్ననో, దేహము సంతాపని ఒకటే సమస్త పదార్థముగా భావించును. వీరి అభిప్రాయము ప్రకారము దేహము అతుకుల బొంత కాదు. దేహమంతయు ఒకే సమస్త పదార్థము గాన యే ఒక భాగమునకు జబ్బు చేసినా మొత్తమున కంతకూ జబ్బుచేసినట్లే భావించి మొత్తమునకే వైద్యము చేయవలెనంటారు. ఆవైద్యమైనా యేమంటే ఆరోగ్య సూత్రములను విధిగా ఆచరించుటయే. ఆరోగ్య నిధులను ఆచరించి నందువలన రోగపదార్థమునకు ప్రాప్తులేక తనంతటదియే అంతరించును. మానవదేహములో అనేక అవయవములున్నవి. అందులోని ప్రతి ఒక అవయవమునకును వివిధమైన జబ్బులు వచ్చును

ఇందులోని ప్రతి ఒక జబ్బునకును అనేకములగు మందులు గలవు

మానవ దేహమునకు వచ్చు రోగములన్నిటిలోను కొన్ని సమానలక్షణము లుండును. కొన్ని ప్రత్యేక లక్షణము లుండును. విశిష్ట లక్షణముల బట్టి అలోపతీవారు రోగములను నిర్ధారణ చేయుదురు. కాలికి చేయు జబ్బులకు వాడు మందులు వేరు. కంటికిచేయు జబ్బులకు వాడు మందులు వేరు. చెవికి కలుగు జబ్బులకు వాడు మందులు వేరు. ఇన్నిరకములగు మందులుండుటచే తొందరపడి యేమందును వాడరు. కంటికి కల్లు జబ్బులను ఉదాహరణముగా తీసికొందాము.

కంటికి అసంఖ్యాకమైన వ్యాధులు కలుగును. ఈ అసంఖ్యాకమైన వ్యాధులలో ప్రతి ఒక రోగమునకును అసంఖ్యాకము లగు మందులు గలవు. అసంఖ్యాకమైన వ్యాధుల కన్నిటికినీ సమానలక్షణములు కొన్ని ఉండును. విశిష్ట లక్షణములు కొద్దిగా ఉండును. సామాన్యలక్షణములు కనుపడగనే మందుల వాడరు. విశిష్ట లక్షణములు కనుపడువరకును వేచివుంటారు. అలోపతీ వైద్యము చిహ్నములనుబట్టియే రోగముల నిర్ధారణ చేయును. విశిష్ట లక్షణములు కనుపడువరకును ఫలనారోగ మని నిర్ధారణ చేయలేరు. రోగమును నిర్ధారణ చేసిన తరువాతగాని మందును వాడరు. నేడు ప్రపంచమునందు అలోపతీ శాస్త్రపరిశోధనకు వెచ్చింపబడు ధన మంతయు రోగముల నిర్ధారణ చేయుటకే వినియోగపడుచున్నది. రోగనిర్ణయము, రోగనివారణ అనునవి రెండును వేరువేరు ఘట్టములు. రోగనిర్ణయము రోగికి పరోక్షముగా మాత్రమే ఉపకరించును. ప్రత్యక్షముగా మాత్రము ఉపయోగించదు. రోగనివారణయే రోగికి కావలయును. ఏరోగమైనదీ, యెందువలన అరోగము అట్లు వచ్చినదీ మొదలగున వన్నియు శాస్త్రమునకు సంబంధించిన ప్రశ్నలు. శాస్త్రమునకు సంబంధించిన ప్రశ్న లగుటవల్ల వాటితో వైద్యునకు యెక్కువ సంబంధ ముండును. వైద్యుడు శాస్త్రమును పరిశోధించవలయును. ఈ ప్రశ్నలతో రోగికి యెక్కువగా సంబంధము లేదు.

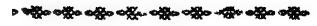
రోగనిర్ణయమునుగూర్చి రోగియు తెలిసికొనవలసినదే. ఎందుకంటే, తాను చికిత్స ప్రారంభించుటకుపూర్వము యే లక్షణములు గలవో,

చికిత్స ప్రారంభించిన రెండు మూడు నెలలకు యేలక్షణములు తగ్గినవో తెలిసికొనిన యెడల అతనికి నమ్మకము వృద్ధి అగును. చికిత్సకు ఘముఖుడుగ నుండును.

నేడు వియన్నా నగరములో జరుగు వైద్య శాస్త్ర పరిశోధన లన్నియు రోగములను నిర్ణయించుటకే సాయపడుచున్నవి. అందువలన రోగనివారణకై రోగులకు ఉపయోగపడక వైద్యులకు రోగనిర్ణయములకే సాయపడుచున్నవి అని ప్రఖ్యాత మందువైద్యులే నెల విచ్చినారు.

ఇన్ని కోట్లరూప్యముల వెచ్చించి జీవితముల ధారపోసినప్పటికినీ రోగములనైననూ సరిగా నిర్ణయించు చున్నారేమో చూద్దాము. వీరు తమ నిర్ణయములు సరిగా నున్నదీ లేనిదీ రోగి మరణించిన తరువాతనే తెలిసికొనగలరు. ఎక్స్ట్రాగంటే - శవములను కోసిన తరువాత చచ్చుటకు వీరు చెప్పు కారణములును శవము లోని లోపములును సరిపోవలెను. అట్లయిననే వీరి నిర్ణయము సరిగా నున్నదని చెప్పవచ్చును. శవపరీక్షాఫలితముల దృష్టాంతములనుగా తీసికొన్న యెడల మందు వైద్యమువారి రోగ నిర్ణయపద్ధతి యెంత అభోగతిలో నున్నదీ చెప్పగలము.

డాక్టరు కాబట్టగారు సుప్రసిద్ధ మందు వైద్యులు. వీరుచాలా సంవత్సరములు మెసాచు సెట్సు జనరలు ఆసుపత్రిలో శస్త్రవైద్యులుగా పనిచేసినారు. ప్రపంచములోని పెద్ద ఆసుపత్రిలలో యిది ఒకటి. మనము నిర్ధారణ చేయు రోగమునకును దేహములోని రోగమునకును యేమీ సంబంధము లేదు. దేహిలోని దానిది. నూటికి యేబదిమూడు కేసులలోనే మనము



చెప్పనవి సరియగు చున్నవి. మిగిలిన నలుబది యేడు కేసులలోనూ మన ప్రయత్నమంతా వ్యర్థ మగుచున్నది. మన ప్రయత్నములు వ్యర్థమగుటయే గాక రోగికి అపకారము జరుగు చున్నది. అన్ని వనతులూ గల పెద్ద ఆసు పత్రులలో జరుగు రోగనిర్ణయమే యింత సందిగ్ధముగా నుంటే మామూలు వైద్యుల రోగనిర్ణయము యెంత అధోగతిలో ఉండేదీ వేరుగా చెప్ప బనిలేదని కా బట్ గారే సెలవిచ్చారు. వైద్యుల కందఱకును తాము చేయు నిర్ణయములు సరిగావని తెలుసును. కాని సత్యము చెప్పిన యెడల తమ వద్దకు రోగులు రారనియు ధనము లభించదనియు భయపడి అసలు విషయమును చెప్పరు. ఈ వైద్యవరు లందఱును తోడుదొంగలే.

అలోపతి వైద్యములో వారి రోగనిర్ణయము యెంత సందిగ్ధముగా నుండేదీ తెలియ గలందు లకు ఫిజికల్ కల్చర్ లోని ఒక చిన్న కథను వివరిస్తాను. బెర్నర్ మాక్ ఫెడన్ గారు యీ మానవప్రతికకు సంపాదకులు. రోగము నిర్ధారణ చేయుటకు ఒక రోగిని యేడుగురు స్పెషలిస్టు దగ్గఱకు పంపారుట. ఈ యేడుగురు వైద్యవరులును ఆరోగికే యేడరోగములున్న వని నిర్ధారణ చేసినారు. ఎవరికి తోచిన విధముగా వారు సెలవిచ్చారు. ఒకేరోగికి ఒకే రోజున యేడు రోగము లుండుటకు వీలు లేదుగదా! ఈ యేడుగురు బుద్ధిమంతులకును యేడు రోగములు కనబడినవి. అసలు ఉన్న రోగము యీ యేడింటిలో యేఒకటియేగాదు. మందువైద్యమువారి రోగనిర్ణయము యెంత ఆభాసముగా నుండునదీ తెలిసికొనుటకు యీ క్రింది వాక్యములు బాగుగా సహాయ

కారులగును. డాక్టరు సి. యల్. వీలరుగారు అమెరికన్ వైద్యమాసపత్రికకు సంపాదకులు. మందువైద్యమువారి ధృతిని గూర్చి వీ రీక్రిందివిధముగా సెలవిచ్చారు. అమెరికాలోనున్న డాక్టర్లందరును శిచ్చివారే. తాము పిచ్చివాళ్ళమని ప్రతిడాక్టర్ యనకును తెలుసును. ఎందుకంటే తాము చెప్పరోగము నకును ఉన్న రోగమునకును యేమియు సంబంధము లేదు. ఈ సంగతిని విని తెలియని వాళ్ళు ఆశ్చర్యపడవలసినదే గాని డాక్టర్లెవరును ఆశ్చర్య పడరు.

రోగనిర్ణయమే యింత అభాస్యముగానుంటే యీ నిర్ణయముల నమ్ముకొని వారిచ్చు మందులన్నియు యెట్లుండునదీ చెప్పవనిలేదు. రోగ నిర్ణయము సరిగా నున్నదీ లేనదీ తెలిసి కొనుటకు పరీక్షయే ప్రమాణము. చావు కూడా అవయవము లన్నియు తూట్లు పడిన తరువాత వచ్చుదశ. ఈలోగా యేమిజరుగునదీ చెప్పలేము. నిన్నా, నేడూ యక్కురేపరీక్ష వచ్చినది. ఇందులోనూ గడ్డలుమాత్రమే కనుపడుగాని అంతకంటె ముందుదశలు తెలియవు. ప సూత్రములను విస్మరించుట చేతనే మానవకోటి యీ బాధల పడుచున్నారను ప్రకృతి వైద్యవాదమును మందు వైద్యులు ఒప్పుకోలేరు. ఒప్పుకోరు. దేహమునకు మంచినే చేయు రోగములను కృత్రిమ మార్గములద్వారా అణచిపెట్టుటచేతనే మానవకోటి యీ బాధల పడుచున్నారని మందువైద్యులు ఒప్పుకోనంతవరకు వారి నిర్ణయము అధోగతిలో పడవలసినదే.

మరొకచిత్ర మేమంటే—రోగము ఫలాని కారణమువలన వచ్చినదని ప్రకృతి వైద్యులు

చెప్పిననూ వీరు వినరు. ప్రకృతి చికిత్సకులు పిచ్చివారని ప్రచారము చేస్తారు. రాజ్యాధికారము మందు వైద్యుల చేతులలో నుండుటచే వీరు ప్రకృతిచికిత్సకుల కొఱతప్పేస్తారు. పొరపాటుననే ఒక్కోగై నా వీరచేతులలో చచ్చిపోవారల రచ్చకీడ్చి నానాహంగామా చేస్తారు. మందు వైద్యులచేతులలో చచ్చుకోగులకు అంతూ, పొంతూ, లేదు. నోరెత్తుకుండా ఈ శవమును భూదేవి నెత్తిన కొట్టుతారు. వారు—ఆ శవములు లేచినప్పుడప్పుడుగదా వీరిమీద చర్య తీసికొనేది. ఇదిలేదు.)

ఇంతమంది చస్తున్నారెందుకయ్యా అంటే యీ చావులనుండి శాస్త్రమును తెలిసికొని మానవకోటికి ఉపకారమును చేస్తామంటారు. వెనుకంటికి హెన్రీ లిండ్లహారు ఒక సంగతి చెప్పారు. 'The operation is a grand success; but the patient died' అవరేషను బాగా జరిగినదటగాని (ఆపరేషను అయిన తరువాత) వైద్యుడు చేతులు కడిగికొన్నాడో లేదో రోగిచచ్చాడట. ఇది ఎట్లాఉన్నదంటే కేసు ఓడినా స్త్రీడరు బల్లమాత్రము బాగా గుద్ది నాడట. దావా ఓడిన తరువాత స్త్రీడరు యెట్లా గుద్దితేనేమి? ఆపరేషనువలన రోగి ఉపకారమును పొందవలగదా! రోగియే చచ్చిన తరువాత ఉపయోగమును పొందున దెవరు

మందువైద్యము వారి రోగ నిర్ణయమువలన గాని, మందుల వలన గాని ప్రజలకు యేమీ ఉపకారము జరుగుట లేదని మహా మహాలు అందరును ఒప్పుకొనుచున్నారు. మందు వైద్యము, లాకోర్టులు చూపు మాసి

పోతే దేశమున కేమియు నష్టము కలుగదని మహాత్మా గాంధీగారే సెలవిచ్చారు.

జర్మనీ మొదలగు అయిరోపా దేశములలో ముందు వైద్యమునందు సామాన్య ప్రజలకే యేవగింపుకలిగినది. ఆసుపత్రిలచుట్టూ తిరిగి, తిరిగి రోగములు నయముగాక వేసారి పోవుచున్నారు. ప్రజల ఒత్తిడిని భరించలేక ప్రభుత్వమువారు సైనిక, నావికా శాఖలలో ప్రకృతివైద్య పద్ధతులను మొదలుపెట్టినారు. విదేశ ప్రభుత్వము మనల పాలించుచుండుటచే మనకు అవకాశము దొరకలేదు.

దీనికి సాదృశ్యముగా టీకాల విషయము చూద్దాము. విదేశములలో టీకాలు వేయించుకోవలె నను నిర్బంధములేదు మన దేశమందన్ననో టీకాలు వేయించుకోము అంటే శిక్షిస్తారు. టీకాచీములో యేమి బంగారమున్నదీ మీకు తెలియని విషయముకాదు. రోగనిర్ణయము ప్రకృతి వైద్యమునను అవసరమే. మందువైద్యమున కున్నంత అవసరము మాత్రములేదు. అంత పరిధానము గాదు. రోగి, వైద్యులిద్దరిలోనూ రోగనిర్ణయము రోగికి పరోక్షముగా సహాయకారి యగును. వైద్యునకు మాత్రము ప్రత్యక్షముగా సహాయకారి యగును. ఎక్కడంటే—ఫలానా అవయవములో లోపమున్నదని తెలియగానే ఆ అవయవముమీద యొక్కవగా ఉపయోగించు రంగును వాడును. (ఇది రంగు వైద్యమునకు సంబంధించిన విషయము.) ఇంతేగాక మరొక విధముగాను ఉపయోగకారియగును. రోగి వ్యాయామము చేయగల్గిన యెడల లోపమున్న అవయవమునకే వ్యాయామము కలుగచేసిన యెడల రోగిపదా

నా రుగ్మత ప్రకృతి చికిత్సవల్ల నిర్మూల మైనది

“మనులతోట చికిత్సాలయములో 42 రోజులు ఉపవసించితిని”

సి. రామలక్ష్మమ్మ

నేను ఇటుకు కర్నూలునుండి చికిత్స సమిత్తము వచ్చితిని. కర్నూలు నివాసియును అచ్చటనే న్యాయవాద వృత్తియందున్న నా భర్తగారు చాల కాలమునుండి మేహసంబంధమైన వ్రేలు ముచే బాధపడుచుండెడివారు. అందులకు గాను వారు ఆంగ్ల, ఆయుర్వేద, మొదలగు వివిధచికిత్సలు పొందిన మీదట ఫలితము గానక చివరకు ప్రకృతి చికిత్సయందు మంచి సమర్థత కలిగినటువంటి శ్రీ యోగి రాఘవేంద్రగారిచేత ప్రకృతిచికిత్స బడసి ఆరోగ్య భాగ్యమును పొందిరి.

నావయస్సు 28 సంవత్సరములు. నేను ముగ్గురు పిల్లల తలిని. నేను చాల సంవత్సరములనుండి

మలబద్ధముచే బాధపడుచుంటిని. అది దిన దినాభివృద్ధినొంది 3-4 దినముల కొకసారి విరేచనముగుట స్వభావమై పోయినది. దాని పర్యవసానముగా, నిరంతరము ఎడతెగని తల నొప్పిచే బాధపడు చుండెడిదానను. మరియు సహజమైన నిద్ర కరువై పోయినది. అందువలన దేహమందలి సహజశక్తిని కోలుపోయి నక్రియమగు జీర్ణశక్తి లేక బాధపడుచుండెడి దానను ఇట్టి పరిస్థితిలో 8 వ మాసములో కలిగిన బిడ్డను 3 రోజులలో కోల్పోతిని.

ఈ నా రుగ్మతను నివారించుకొను సమిత్తమై పలువిధములైన ఔషధచికిత్సలను బడసి మిక్కిలి వ్యయప్రయాసలకు లోనై చిట్టచివ

(24 వ పేజీ తరువాయి)

ర్థము పోవుటచే ఆ అవయవము శక్తివంత మగును.

ప్రకృతి వైద్యములోనూ పెక్కురోగ నిర్ణయ పద్ధతులు గలవు. అందులో ముఖ్యముగా మూడింటిని గూర్చియే యీ వ్యాసములలో తెలిసి కొందాము. ఆ మూడు నిర్ణయ పద్ధతులును యేవన (1) ముఖవైఖరివిద్య (2) కశేరుకా నిదానము (3) కసీనికానిదానము. ఈ మూడింటిలో ముఖవైఖరివిద్యనుగూర్చి శ్రీయుత పుచ్చావేంకటరామయ్య గారి ‘తొట్టి వైద్యము’ విపులముగా చెప్పును. కశేరుకానిదానమును గూర్చి ఆంగ్లమున పెక్కు గ్రంథములు గలవు. తెలుగున ఒక్కటి యులేదు. కసీనికానిదాన మననేమో, మిగిలిననిదానములకును, యీ నిదానమునకును

యేమి తేడా గలదో రాబోవు వ్యాసములలో తెలిసి కొందము.

కన్నులో తెల్లగుడ్డు నల్లగుడ్డు రెండునూ ఉండును. నల్లగుడ్డులో కనుపాప (దీనినేబింబ మని యందురు) పోను మిగిలిన భాగమునకు కసీనికయని వాడినాము. కసీనికలో బింబము ఉండును గాని బింబములో కసీనిక ఉండదు. రాబోవు వ్యాసములలో ‘కసీనిక’ అను శబ్దమును యెచ్చట వాడినను పైన చెప్పిన విధము గానే మాచదువరులు అర్థముచేసికొందురు గాక! ఈ కసీనికనుబట్టి దేహములలోని మారుమూల అవయవములలో గూడా యేమి లోప మున్నదీ యెల్లు తెలిసికొనేదీ రాబోవు వ్యాసములలో తెలిసికొందాము.

రకు నీ ప్రకృతిమాతను నేవించి సంపూర్ణా రోగ్యభాగ్యమును బడసితిని. నేను యీదిగువ నుదహరించిన రీతిగా చికిత్సను పొందితిని. ప్రథమమున ఉష్ణ కారములేని చప్పిడికూరల తోను తృప్తపానోని ముడిబియ్యపు అన్నము తోను బోజనము గైకొని మరొక పూట కమల, బత్తాయి మొదలగు ఫలము లను ఆహారముగా గైకొనుచు ప్రథమ 2 మాసములు చికిత్సబడసితిని. మఱియు ఉదయము సాయంత్రమున తొట్టిన్నానము చేసినమీదట దేహమునకు సహజపుష్టము కలుగువరకు శక్తి ననుసరించి నడచివచ్చెడిదానను. ఈ కృష్ణా తీరము పలువిధములైన పచ్చని చెట్లతోను, వివిధములైన ప్రకృతిసిద్ధమగు శృంగారదృశ్యములతో నిండి యుండుటచే ఈ ప్రదేశము చూచుట కెంతో మనోహరముగాను, ముచ్చటగా నుండి, నడకకు వెళ్ళినపుడెల్ల నూతనోత్సాహము జనించి, ఎంత దూరము తిరిగివచ్చినను శ్రమ యనిపించెడిది కాదు. ఈ కాలములోనే వారమునకు 2 పర్యాయములు వ్రుపవసించి, ఆనాడు అభ్యంగస్నానము నాచరించెడి దానను. మరియు వారమునకు 1-2 మాడులు కాళ్ళకు వూదా, ఎదురురొమ్మునకు ముతక నీలము, తలకు నీలీరంగడ్డముల సమర్పిత ఆదిత్యవేటికా స్నానములు కూడ చేయుచుండెడి దానను. ఈ విధముగా 2 మాసములు గడచిన మీదట 42 దినములు దీర్ఘవ్రుపవాసచికిత్స చేసితిని. ఉపవాసకాలమందు నిత్యము ఎనిమాచేసికొని 10 నిమిషములు పరిమితిగల తొట్టిన్నానముచేసి అనంతరము 3-4 మెళ్ళు నడచి వచ్చుచుండెడి

దానను. ఉపవాసకాలమందు పడక పట్టుకుండ గనే ప్రత్సాహముగ తిరుగుచు కాలక్షేపము చేసితిని.

40 దినములు గడచిన మీదట ఆకలి కాసాగి కొంచెము నీరసముగా వుంటూ వచ్చినది. అందు మీదట 43 వ దినమున గోధుమ జావతో పథ్యము పెట్టిరి. ఇప్పుడు మామూలు భోజనము గైకొనుచున్నాను. పథ్యము పుచ్చుకొన్న 40 దినములకే వ్రుపవాసమువల్ల శుష్కించిన నా దేహము మరల యథాస్థితికి వచ్చినది. అప్పటినుండి ఇప్పటి వరకును దేహస్థావరము దినదినాభివృద్ధి నొందుచు, సౌందర్యము పెంపొందుచునే యున్నది. లోగడ నా కున్న మలబద్ధము తలనొప్పి మున్నగు దుగ్గత లన్నియు పూర్ణముగా తొలగిపోయి ఇప్పుడు సంపూర్ణారోగ్య భాగ్యము సిద్ధించినది.

నా కిట్టి సంపూర్ణారోగ్యభాగ్యమును కలుగజేసి నేటి సంతోషదాయక మగు నా నూతన జీవితమునకు కారణభూతులైన శ్రీయోగిగాఢికి నే నెంతయు కృతజ్ఞురాలను. ఇట్టి మహత్తరమగు ప్రకృతిచికిత్సను నే నింతకు పూర్వమే పడసియున్నట్లైన లోగడ నేను పొందిన అనవసరమగు వ్యయప్రయాసలతో నిమిత్తము లేకుండా పొందెడిదనియు, పోగొట్టుకొనిన నా బిడ్డను సంరక్షించుకొని యుండెడిదానననియు ఇప్పుడు చింతించుచున్నాను. ఈ నా చరిత్ర విన్న సోదర సోదరీమణు లందరు ప్రకృతిచికిత్సయొక్క ప్రాశస్త్యమును గ్రహించి నావలె సుఖించవలసినదిగా మోచ్చరించుచున్నాను.

ఎ ని మా

7. ఎనిమాచేయతగని వారెవరు ?

సాధారణముగా యెనిమా అందరికిని చేయవచ్చును. కొద్దిమంది మాత్రమే యెనిమా చేయతగనివారు. వా రెన రసగా:—

1. హృదయ దౌర్బల్యము వలన, మూర్ఛ గలుగదగిన పరిస్థితు లున్నవారు.

2. రక్తవాహికలు బిరుసెక్కి రక్తపీడనము (High blood pressure) గలవారు. వారికి రక్తపీడనము వలన మేదోభివృద్ధిదమున్న దానినలన పక్షవాతము మూర్ఛ మొదలగు వ్యాధులు కలుగవచ్చును గాన, అట్టి వారికి యెనిమా తగదు.

3. పాండువును, బలహీనతయు ఎక్కువగా నున్నవారు.

4. కొందరికి సహజముగానే యెనిమావలన వికారము, వాంతులు, చలిచెమటలు, ఉదరమునందు తీవ్రమగు బాధలు, కలిగి నిస్సత్తువ కలుగును. ఇట్టి వారియందు రక్తాభి సరణమునూ క్రమముగా నుండదుగాన వీరికి యెనిమా పనికిరాదు.

5. హృదయ దౌర్బల్యము నలన గలిగిన గండమాల (Exophthalmic goitre) గలవారు.

6. తీవ్రమగు జ్వరముగల వారిలో కొందరికి యెనిమా పనికిరాదు.

దై శికమగు యీ క్రింది పరిస్థితులందు ఎనిమా తగదు.

1. ఆననముందు తరుణముగు యేనుగు గజ్జ యున్నవారు

2. ఆననము అంటుకొని పోయినవారు

3. కొన్నిమూల వ్యాధులలో యె ని మా చేసిన నీ రంతయు రక్తముతో నిండిపోవును. అట్టి స్థితిలందును.

4. పెద్ద పేగులందు తరుణముగ పురుగుల వారికి యెనిమా చేయించతగదు.

ఎనిమా చేయుటలో అత్యంతము జాగరూకతను పాటించవలసినవారు

1. మూత్రపిండములందు, దా హ ము గల వారును, పుండ్లున్నవారును యీ వ్యాధులకు తోడుగ హృదయవ్యాధులును, అక్రమమైన రక్తాభిసరణము గలవారును.

2. టయిఫాయిడు వ్యాధులందును, గ్రహణి యొక్క చివరి దశలందును, పెద్ద పేగు యొక్క ఆవరణగోడలు దుర్బలము లగును. మరియు బద్ధిలు కా దగియుండును. అట్టి వానియందు యెనిమా మృదువుగా మాత్రమే నేర్పుతో చేయింపవలెను.

3. జీర్ణ కోశమునందు వ్రణ మున్నప్పుడును, తీవ్రమగు గ్రహణివ్యాధియందును, జీర్ణ కోశాభివృద్ధిదము, అంత్రాభివృద్ధిదము గలుగ దగి యున్నదిగాన అట్టివానియందు యెనిమా జాగ్రత్తగనే చేయవలెను.

4. పెద్ద పేగు జారియున్నవారికిని యెనిమా చేయునప్పుడు యెక్కువ నేర్పు కావలెను.

ఎనిమా చేసినప్పుడు యీ క్రింది

ఆపదలు రాకుండ చూడవలెను.

1. మోతైనట్టియు, మిక్కిలి పొడవైనట్టియు, ఆనన నాళిక వాడినప్పుడు ప్రేగులలోని ఆమ

త్వచము చీరిపోయి పెద్దప్రేగుయొక్క అవరణ గోడలకు అపద రాకుండ చూడవలెను.

2. మితిమాలిన వాడుకవలన ఆననము పుండు పడకుండ జాగ్రత్తపడవలెను.

3. మితిమాలిన వాడుకవలన మూలవ్యాధి వృద్ధిపొందకుండ చూడవలెను.

4. పెద్దప్రేగు జారుటవలన శూల మొదలగు వ్యాధులు గలుగును. అట్టిప్రేగు జారుటకు కారణ మేమనగా:—

(i) ఎనిమానీటిని వడిగా యెక్కించుట.

(ii) ఎక్కువ యెత్తునుండి నీటిని యెక్కించుట.

(iii) ఎక్కువనీటిని ప్రేగులలో నిలువయుంచుట.

(iv) ప్రేగులలోనికి కొత్తగా గాలిని ప్రవేశ పెట్టుట.

5. నీటియొక్క వేడిని దేహము, కాలముల ననుసరించి వాడనియెడల పెద్ద ప్రేగునందు ఆమత్వచము చేరిపోవును. కనుక నీటియొక్క వేడిని జాగ్రత్తగా నియమించుకొన వలెను. ఎనిమాతో ప్రేగులయందు తాపమును కలిగించు కషాయాదులను వాడరాదు. పెద్ద ప్రేగునందు తాపము కలుగకుండ చూడవలెను.

6. పెద్దప్రేగునుండి రక్తము కారకుండ చూడవలెను.

7. పెద్దప్రేగు ఆవరణగోడ చీరిపోకుండ చూడవలెను.

ఎనిమా సామాన్య గుణములు

1. నీరసము, దౌర్బల్యము కలుగకుండ చూడవలెను. ఎనిమా చేసినతరువాత యెక్కువ

కాలము రోగి పరుండి విశ్రాంతి తీసుకొనుట వలన నిది లభించును.

2. మూర్ఛ.

3. పనికిమాలిన వస్తువులను యెనిమా నీటితో చేర్చుట వలన రక్తవిషీకరణము గలుగును.

4. ఎనిమా చేసిన నీటిని మిక్కిలి యెక్కువ కాలము ప్రేగులలో నిలువ యుంచిన యెడల మలములందలి విషములు రక్తములో చేరును.

5. మిక్కిలి శీతలోదకముతో యెనిమా చేసిన యెడల ప్రేగుల యందు శీతమును చలియును శైథిల్యమును కలుగ వచ్చును.

6. ఎనిమా అంటేనే కొందరికి పడదు. ఇట్టి వారు నూటికి ముగ్గురుందురు. వారికి యెనిమా చేసినయెడల ప్రేగులలో తీవ్రమగు వేదన గలుగును. వికారము వాటి కలుగును. చలి చెమటలున్నూ పోయును.

ఈ పేజీలలో పేర్కొన బడిన అపదలు అందరికీ రావు. ఎనిమా చేయనారంభించిన వారికి అదే అలవాటై సహజముగా విరేచనము కాదనియు యెనిమా చేసిననేగాని విరేచనము కానిస్థితి యేర్పడునని ఒక ప్రవాదము కలదు. భేదికాషధము లెట్లొ యెనిమాయును అట్లే నని అనేకులు నమ్ముచున్నారు.

ఈ సంగతి విచారిద్దాము. భేది మందులు పుచ్చు కొన్నప్పుడు ప్రేగులలో తాపము పుట్టును. ఎనిమా నీటిలో మందులు కలుపని యెడల యెనిమావలన ప్రేగుల యందు యిట్టి తాపము కలుగనే కలుగదని రూఢిగా చెప్పగలము. పొయ్యెనీళ్ళు పోతుంటే వచ్చే మలము వచ్చునట్లు యెర్పడుచుకొనిన కొత్త పద్ధతిలో పెసందేహములకు తాపే లేదు.

ఇందువలన తప్పకుండా ప్రేగులకు సహజశక్తి గలుగును. మలబద్ధకము శాశ్వతముగా నంత రించును. దీని తరువాత మరి యితర చికిత్సలు అవసరము లేదు.

మరియును యీ కొత్త పద్ధతులవలన ప్రేగులలో దార్బల్లమున్నూ కలుగక బలమే కలుగును. ఎనిమావలన స్లేష్మము పెరుగుతుందనే మాటయును రూఢియైనదే. ప్రేగులలో స్లేష్మమున్నప్పుడు యెనిమా చేసినప్పుడు స్లేష్మము (ఆమము)బయటికివచ్చును. ప్రేగులలో స్లేష్మము లేని యప్పుడు యెనిమా చేస్తే స్లేష్మము రూఢిగా రాదు. ప్రేవులలోని ఆమత్వము యెనిమావలన నశించి పోవునని ఒకప్రవాద మున్నది. దానికిగూడా ఆధారము లేదు. ఎనిమావలన పెద్ద ప్రేగు వివిచెందునని కొందరందురు. నిజమేమనగా ఇతర వ్యాధులవలన పెద్దప్రేగు వివిచెందినప్పుడే మలబద్ధకము కలుగుచున్నది. అనగా ఎనిమా చేయ నారంభింపక పూర్వమే పెద్ద ప్రేగు వివిచెందినది. ఎనిమా సక్రమముగా చేసిన యెడల పెద్దప్రేగు వివిచెందనేరదు. ఎనిమావలన ప్రేగులలో నొప్పి కలుగుననేది, యింకొక అభ్యంతర మున్నది. పెద్దప్రేగునందు చుట్టునుండు పీడన (Pressure) వలన ఇట్టిబాధ కలుగుచున్నది. ఎనిమా చేయగా చేయగా ఆ పీడనము తగ్గును. దానితో బాధయును అంతరించును.

సులివెచ్చని నీటితో యెనిమా చేసినప్పుడు అనేకు లనుకొనునట్లు ప్రేగులలోని ఆమత్వము కేగిపోదు. మరియేమన్న ప్రేగుల యందలి ఉద్రేకము తగ్గి, నాడులు చల్లబడి

కండరములలోను గ్రంథులలోను తగినంత ఉజ్జీవనము కలుగును.

8. ఎనిమాచేయుటవలన కలిగిన లాభములు

ఎనిమా 2 పనులకు చేయుదురు. 1 రోగనిదానముచేయుటకు 2 రోగనివారణముచేయుటకు. రోగనిదానము చేయుటలో యీ క్రింది విధముగా నుపయోగించును:—

1. ఎనిమాచేసి అందు వచ్చిన మలమును పరిశీలించుట. ప్రేగులలో ఆమత్వమునందలి దోషముచే కలిగే గ్రహిణి మొదలగు వ్యాధుల యందు ఎనిమాచేయుటవలన రోగనిదానము చేయవీలగుటయేగాక యెనిమావలన ఆమము వెడలిపోయి గ్రహిణిరోగము నివారణ మగుచున్నది. ఎనిమాచేసిన మలమును జాగ్రత్తగా పరిశీలించినయెడల ప్రేగులయందు శిలీంధ్రములు, ఆమము, మండము మొదలగువాని స్వభావమును గుర్తించి రోగనిదానము చేయవీలగును.

2. ఎక్కువేపరిశ్రమ చేయదలచినప్పుడు ముందుగా ప్రేగులయందలి మలములను ఎనిమాచేసి తీసివేయుదురు. తరువాత బేరియంమిల్ యిచ్చి ఎక్కువే ఫోటో తీసినయెడల ప్రేగులయొక్క స్థానమును గురించిన్నీ ప్రేగుల యందుండే గుహలు (Cavities) మొదలగువానిని గుర్తించుటకును ప్రేగులయొక్క లావు, సన్నములను గుర్తించుటకును అనువేర్పడును.

ఇంతేకాకుండా పొట్టమీద తడవి ప్రేగులయొక్క స్థితిగతులను గుర్తించుటకు ప్రేగుల యందు వాయువు (గాలి) మలము మొదలగునవి అడ్డంకిగా నుండును. ఎనిమా చేసిన

తరువాత చేయు పరీక్షయందు యిట్టి అడ్డంకు లుండవుగాన పరీక్ష సులభముగా నుండును.

సిగ్నాయిడ్ ప్లెక్సర్, మలకోశముల పరీక్షకు సయితము ముందుగా యెనిమాచేసి, బేరియం మీల్ యెక్స్ ప్లెక్సర్, ఎక్స్ ప్లెక్సర్ తీసిన సులభముగా తెలియదుగును. ఇంతేకాకుండా మూత్ర పిండములు, గర్భాశయము, పసకతిత్తి (Gall bladder), వెన్నుపాము, కూపకము మొదలగునవి పరీక్షించుటకు ముందు యెనిమాచేసి మలమును తీసివేసిన తేలికగా రోగ నిదానము చేయవలగును.

గట్టిపడిన మలసంచయములు యెనిమాచీతో మేత్తపడి వెడలిపోవుటవలన పై పరీక్ష లన్నిటి యందును సౌలభ్యమేర్పడును. మలము వెలువరింపకయే పరీక్షచేసినప్పుడు చెప్పనలవిగాని పొరపాటులు చేయవలసి వచ్చును. కనుక యెనిమా రోగనిదానమునకు యెంతయేని సహాయకారి అయియున్నది.

ఆహారమువలనను, మందులవలనను నివారణ కాని మలబద్ధకము అనేక సందర్భములందు యేర్పాటుగాను, కృమముగాను, చేసిన యెనిమావలన కుదిరిన సందర్భములు గలవు. శస్త్రచికిత్స చేసిననేగాని మలబద్ధకము కుదురదని నిర్ణయించిన సందర్భములందు సయితము యెనిమా కృమముగా చేయుటవలన శస్త్రముతో నిమిత్తము లేకుండా మలబద్ధకము కుదిరినది. కనుక ఎనిమాతో ప్రయత్నము చేయకుండా శస్త్రచికిత్సకు దొరకొనరాదు.

ఉదరము కోసి ప్రేగును స్థానములో కట్టటకు లేపరోటమీ (Laparotomy) అందుకు. అది పెద్ద శస్త్రము. అట్టిది చేయక తప్పనియప్పుడు

సయితము ముందుగా యెనిమాచేసి మలమును సాంతముగా తీసివేసిన యెడల శస్త్రమువలన కలిగే కుళ్ళు మొదలగునవి కలుగకండను, వ్రణజ్వరాదులు కలుగకను మేలు గలుగును గాన లేపరోటమీకి ముందుగా బాగుగా యెనిమా చేయుట ఆచర్యకమై యున్నది. ఆంత్రోపతనము, అనగా ప్రేగుజారుట. దీనినే హర్నియా అనిగూడ అందురు. దీనికీగూడ శస్త్రము చేయుటకర్హము. ఎనిమా చేసిన తరువాత ప్రేగు కొద్ది స్థలమే ఆక్రమించునుగాన శస్త్రము సులభముగా చేయవచ్చును. శస్త్రము చేసిన తరువాత వ్రణజ్వరాదులు కలుగకుండుటకును, ముందుగా చేసిన యెనిమా తోడుపడును.

రోగనివారణకు యెనిమా నుడయోగించుట

ఎనిమా చేయుటవలన కలిగే లాభములు అసంఖ్యాకములు. అందు పెద్ద ప్రేగుసంకు గల వ్యాధులను నివారించుట మొదటిది. ఎనిమా చేయుట వలన, పెద్ద ప్రేగు నందు సహజముగను, అసహజముగను నిలువయున్న మలము వెలువడి పోవును. 2. ఆమశ్యచము శుద్ధి బొందును. 3. మలములు క్రుశ్ణకుండ ఆగి పోవును. 4. ఎనిమా నీటితో కలిపి వాడే ఓషధుల గుణము వలన ప్రేగుల యందు ఉద్జీవనము, ఉద్ధీపనము, శమనము, శోధనము, విషసారణము, వృష్యము, బలకరము, స్నేహాది సుగుణములు గలుగును. 5. ప్రేగు యొక్క ఆవరణ గోడల సంబంధమైన కండరములందు చైతన్యము గలిగి, క్రిమిచలనము వృద్ధిబొంది, కండరముల జీవి (Tone) వృద్ధి బొందును. అందువలన ప్రేగులయందలి యామ్లు

(Spasms) తొలగిపోయి, రక్తాభిసరణము క్రమపడి, ప్రేగుల సంబంధముగు గ్రంథులు ఉద్దీపనబొందును. అందువలన ఉదరమునందలి రక్తాభిసరణము బాగుపడును. ఎనిమా చేయుట వలన పరోక్షముగా జీర్ణాశయము, యకృత్తు, పనరుత్తి, వృక్కము, మొదలగు ఉదరమునందుండు జీర్ణమండల సంబంధముగు అవయవములన్నయు బాగుపడి బలపడును. కూపకమునందుండే జననేంద్రియములందలి మాలిన్యముల నత్తిడియును తగ్గిపోయి జననేంద్రియములు గూడ బలపడును. గర్భిణీస్త్రీలకును, బాలింతలకునుగూడ అవసరమైనప్పుడు చేసిన యెనిమావలన యెంతయేని మేలు గలుగును. మూత్రసంబంధమైన వ్యాధులయందు యెనిమా చేయుటవలన మూత్రము ధారాళముగా వెడలు ననునది సర్వజనవిదితమైన విషయమే.

విషప్రయోగములందు వెంటనే మలమును పూర్తిగా వెలువరింపవలసియుండును. కనుక తరుణము లైనట్టిగాని, కాలిక మైనట్టిగాని విషప్రయోగములందెల్ల యెనిమావలనకలిగే మేలు వర్ణింప నలవిగానిది.

ఆహారపదార్థముతో చెడిపోయిన మాంసరూపముగాగాని, విరుద్ధాహార సమ్మేళనముల చేతగాని, చేపలు, మాంసము, గ్రుడ్లు మొదలగునవి చెడిపోయినవానియొక్క వాడుకవలనగాని, వాని వండుటలో కలిగే పొరపాటులవలన గలిగే ప్రమాదములందుగాని దేహమునకు మితిమీరిన చెరుపు గలుగును. అట్టివానియందెల్ల బాగుగా యెనిమా చేయుటవలన పూర్తిగా మలము వెడలిపోయి ప్రమాదములు తప్పిపోవును. కొందరికి కొన్ని

పదార్థములు సహజముగా పడవు. కొందరికి వంకాయ, కొందరికి పెరుగు, కొందరికి చేపలు, కొందరికి కోడిగుడ్లు - ఇట్లు సహజముగనే కీడుచేయును. అట్టివారు వెంటనే యెనిమా చేసినయెడల, కీడు తొలగిపోవును. ఆహారములో మనకు తెలియకుండగనే కొన్ని పనికిమాలిన పదార్థములు కలియును. వానివలన జరిగే అపకారము గూడ ఎనిమా చేయుటవలన తొలగిపోవును. ఉబ్బసము, తామర, అరతలనొప్పి, ఆమవాతము మొదలగు కొన్ని వ్యాధులయందు, యేమందున్నా పనిచేయదు. అట్టివాని యందు యెనిమా అద్భుతముగా పనిచేయును.

ఎడతెగక వాడిన మందుల వలనను, సవాయి మొదలగు వానికి ప్రయోగించిన గంధకము పాదరసము, బంగారము, వెండి మొదలగు లోహములవలన దేహమునందు రోగము నిలచి పోవుటయేగాక లోహాదులు గూడ నిలచిపోయి కొత్త వ్యాధులు గలుగును. ఏమందున్నా పనిచేయ కుండును. అట్టి స్థితులయందు సయితము యెనిమా బాగుగా పనిచేయును. పాదరసమువలన ప్రేగులును జీర్ణకోశమును చెడిపోయి గ్రహణి కలుగును. అప్పుడుగూడా యెనిమా బాగుగా మేలుచేయును. మంచినీరు యెక్కువగా త్రాగుట వలనను మంచినీటితోను గంధకము కలిగిననీటితోను యెనిమా చేసినప్పుడు ప్రేగులయందలి పాదరసము నీటిలోని గంధకముతోను ప్రాణవాయువుతోను కలసి నల్లనిరంగుల అపాయరహితమైన రసగంధకీతము (Sulphide of mercury)గా మారి వెడలి పోవును గాన

❖ ❖ ❖ ❖ ❖

పాదరసము వాడుటవలన గలిగే ప్రమాదములనుండి తప్పించుకో వచ్చును

కొంత మంది సీసముతో పనిచేయుదురు. సీసము వాడేదేహములలో ప్రవేశించి కాలిక మగు మలబద్ధకము, కడుపునొప్పి గలుగును. వరుసగా కొన్ని దినములు యెనిమా చేయుట వలన యీ బాధలు అంతరించుటయే గాక సీసము గూడ ప్రేగుల నుండి శాశ్వతముగా తుడిచిపెట్టబడును.

పొగాకు, కాఫీ, కోకో, కోక్టేన్, నల్లమందు, సారాయి మొదలగు దురభ్యాసములు కొందరి కుండును. అట్టివారు పొగాకు మొదలగు వానిని వదలదలచినప్పుడు అతీసారమును, మనోదార్బల్యమును గలుగును. పొత్తిదిన మను యెనిమా చేయుచు పొగాకు మొదలగు వానిని క్రమముగా తగ్గించుచూ ఎదలి వేసిన యెడల మనోదార్బల్యము మొదలగునవి కలుగకయే దురభ్యాసములను మానివేయుటకు వీలు కలుగును.



* సుఖవంతమై యుండవలెనని

* ఆరోగ్యవంతమై యుండవలెనని

* ఐశ్వర్యవంతమై యుండవలెనని

వి

త్ర

అందరు కోరుదురు.

అయితే అట్టి జీవితము కష్టము లేకుండ నష్టము లేకుండ లభింపవలెను.

ము ఎట్లు?

రామరాజ యోగింద్రుల “స్వీయచరిత్ర”ను చదువుడు. మనము పరిశోధనలను చేసి కష్ట పడవలసిన పని లేదు. కష్టము లన్నియు వారు అనుభవించిరి. మనము వారికష్టముల లాభమును పొంది, సులభమైన ఉపాయములచే సుఖపడవచ్చును. ఇట్టి సులభతరోపాయము లన్నియు సాకల్యముగా ఈ గ్రంథమందు వివరింపబడినవి. ఈ గ్రంథము ఒక నవలవలె నుండును. చదువుటకు ప్రార్థించినవారు, చివరవరకు చదివిన గాని విడువజాలరు.

ప్రకృతి గృహ వైద్య పాఠములు

వివిధ ప్రకృతి చికిత్సావిధానములను గురించి తెలుపు 24 పాఠములును కలిపి ఒకటే బైండుగ అందముగ తయారుచేయబడి, బెజవాడ, “ప్రకృతి కార్యాలయట్రస్టు”నందు అమ్మకమునకు సిద్ధముగ నున్నది. ఇది యెల్లరును చదువదగిన గ్రంథము.

అసలు ధర రు 2-8-0

ప్రకృతి చందాదాతలకు రు 2-0-0



ప్రకృతిచికిత్సా గ్రంథములు

ఇతరలకు చందాదార్లకు

ఇతరలకు	చందాదార్లకు	ఇతరలకు	చందాదార్లకు
దురభ్యాసఖండనములు		సంపాదనచికిత్స	0 6 0 4 0
కివహింగు	0 4 0 0 3 0	రక్తప్రత్యాశనచికిత్స	0 5 0 3 0
అనుభవానందము	0 12 0 0 8 0	తైదికచికిత్సాపద్ధతి	0 5 0 3 0
సుహారోగము	0 8 0 0 6 0	జాగరణ చికిత్స	0 1 0 1 0
పొగచుట్ట - ముక్కు-పొడుం	0 4 0 0 3 0	నిశ్శుక్త్ర శరీర పరిశోధన	0 4 0 4 0
పొగచుట్టవలని ప్రమాదములు	0 0 6 0 0 6	వైద్యవిప్లవము	0 8 0 8 0
కలుముంత - సారాపీపా	0 4 0 0 3 0	తీర్చివేయులు	0 0 0 4 0
జ్వరవైద్య మొక్కయూహాశాస్త్రము	0 4 0 0 2 0	దీర్ఘాయువు	0 0 6 0 0 6
టీకాలు వేయరాదు, యెందుకా?	0 2 0 0 2 0	స్పృశ్యచికిత్స	0 2 6 0 1 6
టీకాలననేమి? డాక్టర్లఅభిప్రాయము	0 2 0 0 2 0	వివిధార్థసాగరము	0 2 6 0 1 6
టీకాల ఖండన	0 1 0 0 1 0		
జాగ్రత్త ప్రమాదములు	0 0 3 0 0 3		

ఆరోగ్యవిషయక గ్రంథములు

స్వాభావిక చికిత్సానియమములు	0 5 0 0 4 0
అరోగ్యాదగ్గము	0 8 0 0 7 0
ప్రకృతిచికిత్సాశాస్త్రము	
1 భాగములు, ఒక్కొక్కటి	0 5 0 0 4 0
బాలశిశువులు	0 3 0 0 3 0
శశువతల కొక సంవత్సరము	0 4 0 0 3 0
అరోగ్యము - కామేర్పు	0 3 0 0 2 0
దీర్ఘాయువు	0 0 6 0 0 6
సుఖప్రసవము	0 0 6 0 0 6
*ఆరోగ్యశిక్షణము	1 0 0 0 12 0

వివిధచికిత్సాగ్రంథములు

పుస్తకాలు	0 0 6 0 0 6
*ప్రకృతి ఆరోగ్య శాస్త్రము	1 4 0 1 4 0
*ప్రకృతి శుద్ధి శాస్త్రము	2 8 0 2 0 0
దీర్ఘజీవచికిత్సాశాస్త్రము	1 8 0 1 8 0
ప్రకృతి చికిత్సాగ్రంథము	
1. భాగము	1 8 0 1 0 0
2. భాగము	1 4 0 0 15 0
3. భాగము	1 8 0 0 0
4. భాగము	0 6 0 4 0
5. భాగము	0 6 0 4 0
6. భాగము	0 6 0 4 0
7. భాగము	0 6 0 4 0
ఉపహాసనికేతి	1 0 0 0 12 0
జన్మచికిత్స	0 10 0 0 8 0
భ్రాతృచికిత్స	0 8 0 6 0
జంటచికిత్స	0 3 0 2 0
యోగచికిత్స	0 6 0 0 4 0

వివిధవ్యాధులకు చికిత్సాగ్రంథములు

క్షయ	0 12 0 0 8 0
శుక్లనష్టము	0 12 0 0 8 0
చలిజ్వరము	0 4 0 0 4 0
హిస్టీరియా (మూర్ఖ)	0 4 0 0 4 0
బాలెంతరోగము	0 4 0 0 4 0
మధుమేహము	0 4 0 0 4 0
మలబద్ధకము	0 4 0 0 4 0
వేదాంతము, ఇతరములు	
మహారోగము	0 12 0 0 8 0
నర్తకచారిత్రము	0 12 0 0 8 0
యక్షిప్తకాశము	0 8 0 0 5 0
రామతీర్థస్వామివేదాంతోపన్యాసములు	

1. భాగము	0 8 0 0 5 0
2. భాగము	0 8 0 0 5 0
భగవద్గీతాసారము	0 6 0 0 4 0
మకుందమాల	0 1 0 0 1 0

వ్యాయామము

*అనుభవయోగాభ్యాసము	1 4 0 1 4 0
ప్రకృతి వేనుకటి సంపుటములు	
ప్రకృతి 4,5,6,7,11 సంపుటములు	
ఒక్కొక్కటి	ఇతరలకు 1 8 0
	చందాదారులకు 1 2 0
ప్రకృతి 12,13,14,15 సంపుటములు	
ఒక్కొక్కటి	ఇతరలకు 3 0 0
	చందాదారులకు 2 8 0
ప్రకృతి 16వ సంపుటము	ఇతరలకు 1 4 0
	చందాదారులకు 1 0 0
17,18,19,20,21,22,23 సంపుటములు ఇతరలకు	3 0 0
	చందాదారులకు 2 8 0

చిరునామా: ప్రకృతికార్యాలయట్రిస్టు, బెజవాడ.

40

వార్త

సభాత్రి సహజ వైద్య మాస పత్రిక.

ఈ ప్రస్తుత సాగరిక ప్రపంచములో మానవుడు ప్రకృతి నియమములను అనుసరింపక తాత్కాలిక కామ్య సుఖముల కాసపడి వెనుకంటనే దుఃఖము ననుభవించుచున్నాడు. మానవుడు ఈ ప్రకారముగ అనుభవించుచున్న శారీరక, మానసిక వ్యాధిబాధలనుండి తప్పించుకొను సాధన లేవో ఈ పత్రిక నివరించును.

మందులు, ఇంజక్షనులు అవసరము లేకుండు యిము, డ్లయ, కుష్టు, రాచపుండు మొదలగు అసాధ్య వ్యాధులనుకూడ గాలి, సూర్యకిరణములు, జలము, ఉపవాసము, ఫలాహారము, అధః శయనము, బ్రహ్మచర్యము, వట్టి, వ్యాయామము, మర్దన మొదలగువానివలన నిర్మూలించు సులభముగు నిధానములను తెలుపును. సం॥ర చందా రు 3-0-0లు మాత్రమే.

750 పుటలు.

సునిశిత వైద్యము

100 చిత్ర పటములు

డాక్టరు యి. డి. బ్యాబిట్, M.D., L.L.D., గారిచే ఆంగ్లభాషలో వ్రాయబడిన సునిశిత వైద్య గ్రంథమునకు

డా. పుచ్చా వెంకట్రామయ్య, M.D., D.M. గారి భాషాంతరీకరణము.

సునిశితములగు మార్మకరణచికిత్స, శస్త్రచికిత్స, యోగనిద్రాచికిత్స మొదలగు విషయము లిందు విస్తృతముగా వివరింపబడినవి. గ్రంథము సాధ్యము కానివిగా వదలివేయబడిన స్పష్టిరహస్యము లనేకములు శాస్త్రీయముగా వివరింపబడినవి.

నిండు కాల్కోబైండు 1కి పేట 4-8-0.

ప్రకృతి పత్రిక చందాదారులకు 3-8-0

పోస్టేజి ప్రత్యేకము.

గ్రంథవిషయసూచిక కొరిసవారికి పంపబడును.

ఆరోగ్య తత్వము

డాక్టరు పువ్వాడ పేట్రాజుగారిచే రచింపబడినది

పేట 1-0-0. పక్కా చందాదారులకు రు 0-12-0.

ఆహారమునుగూర్చిన సమస్తము నన్నింటికగుర్చి - రోగములయొక్క చికిత్స లన్నింటినగుర్చి ఇది సమగ్రమైన గ్రంథము. ఏమి తినవలెనను సంచేయాలిగినగాని, ఏ వ్యాధి ఎటుల కురుచున్నదోన వివరింపబడినది ఈ గ్రంథము సంచేయాలెవ్వరి సమాధానము చెప్పను.

ప్రకృతికార్యాలయ ట్రస్టు, బెజవాడ.

గ్రాంత్ మాన్యు.

34 అధ్యాయములు, 400 పుటలు.

తొటి వైద్యము

సచిత్రము 70 పటములు

అనేక నూతన చిత్రపటము లిందు కేర్పడి నూతన ఫక్కిని ముద్రింపబడినది. మానె మహారి గారి అభినవ వైద్యశాస్త్రము; ముఖ్యై భిషివ్య రోగారోగ్యవిశేషము, శిశుపోషణము అను గ్రంథములలోని ముఖ్యవిషయములు తేటతెల్లముగ వివరింపబడినవి. ప్రత్యేక త్రములు కేర్పబడినవి.

అసలు పేట రు 3-0-0.

ప్రకృతి చందాదారులకు, పేట రు 2-8-0.

వివరములకు:—మేనేజరు, ప్రకృతికార్యాలయ ట్రస్టు, బెజవాడ.



Printed & Published at the Andhra Grandhalaya Press,

By Dr. P. VENKATRAMAYYA, PRAKRITI OFFICE, BEZWADA

